



PLANNING 2026

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

09:45 - 10:30 45' LES MILLS BODYPUMP	09:45 - 10:30 45' LES MILLS RPM	09:45 - 10:30 45' CIRCUIT Training	09:45 - 10:30 45' RIDE	09:45 - 10:45 60' LES MILLS BODYBALANCE	09:30 - 10:00 30' CAF
10:45 - 11:45 60' PILATES Fusion	10:45 - 11:30 45' LES MILLS BODYBALANCE		10:45 - 11:30 45' LES MILLS DANCE	11:00 - 11:45 45' LES MILLS RPM	10:00 - 10:30 30' LES MILLS BODYATTACK
			12:30 - 13:00 30' CAF	12:30 - 13:15 45' PILATES Susp	10:30 - 11:00 30' LES MILLS BODYBALANCE
12:30 - 13h15 45' KIG HA FORCE	12:30 - 13:00 30' ABDOS	12:30 - 13:15 45' CEREMONY	12:30 - 13:15 45' KIG HA FORCE		11:15 - 12:00 45' FITROX
	12:30 - 13:15 45' PILATES Susp		14:30 - 15:15 45' HARMONY Training		
17:00 - 18:00 60' LES MILLS BODYBALANCE	17:15 - 18:00 45' LES MILLS BODYPUMP	17:15 - 18:00 45' PILATES Susp	17:15 - 18:00 45' PILATES Susp	17:00 - 17:45 45' LES MILLS RPM	RENFO
18:15 - 19:00 45' RIDE	17:30 - 18:15 45' HYPOFITNESS	18:15 - 19:00 45' LES MILLS RPM	18:15 - 19:00 45' LES MILLS BODYATTACK	18:00 - 18:45 45' LES MILLS BODYPUMP	BIKE
18:15 - 19:00 45' LES MILLS BODYPUMP	18:15 - 19:00 45' LES MILLS BODYATTACK	18:15 - 19:00 45' LES MILLS BODYPUMP	18:15 - 19:00 45' CEREMONY	19:00 - 19:45 45' LES MILLS DANCE	CARDIO
19:15 - 20:00 45' LES MILLS BODYATTACK	19:15 - 20:00 45' KIG HA FORCE	19:15 - 20:15 60' LES MILLS BODYBALANCE	19:15 - 20:00 45' RIDE	19:00 - 19:45 45' CEREMONY	BIEN-ÊTRE
20:15 - 21:15 60' BOXE Thaï	19:15 - 20:00 45' ZUMBA	19:15 - 20:00 45' CEREMONY	19:15 - 20:00 45' PILATES Fusion		DANSE
			20:15 - 21:15 60' BOXE Thaï		SMALL GROUP



Certifié
Ze mood®

Ouvert 7jours/7
lundi au vendredi de 7h à 21h30
samedis et jours fériés de 8h à 17h
dimanches de 8h30 à 13h30