Atlantisclub

PLANNING 2026-2027

STUDIO BIKING

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
			8H45 - 9H30 THE TRIP	8H45 - 9H30 RPM	
9H30 - 10H15 RPM	9H30 - 10H15 RPM	9H30 - 10H15 RPM	9H45 - 10H15 sprint	9H45 - 10H30 THE TRIP	9H30 - 10H15 THE TRIP
10h30 - 11H00 sprint	10H30 - 11H15 THE TRIP	10H30 - 11H15 THE TRIP	10H45 - 11H30 RPM	10H45 - 11H30 RPM	10H30 - 11H15 RPM
11H30 - 12H15 RPM	11H30 - 12H15 RPM	11H30 - 12H00 sprint			11H30 - 12H15 THE TRIP
12H30 - 13H15 THE TRIP	12H30 - 13H15 THE TRIP	12H30 - 13H15 RPM	12H30 - 13H15 RPM	12H30 - 13H15 THE TRIP	
14H00 - 14H45 RPM	14H00 - 14H45 RPM	14H00 - 14H45 THE TRIP	14H00 - 14H45 RPM	14H00 - 14H45 THE TRIP	
15H00 - 15H45 THE TRIP	15H00 - 15H45 THE TRIP	15H00 - 15H45 RPM	15H00 - 15H45 THE TRIP	15H00 - 15H45 THE TRIP	
16H00 - 16H45 RPM	16H00 - 16H45 RPM	16H00 - 16H30 sprint	16H00 - 16H45 RPM	16H00 - 16H45 RPM	
17H00 - 17H45 THE TRIP	17H00 - 17H45 THE TRIP	17H00 - 17H45 RPM	17H00 - 17H45 THE TRIP	17H00 - 17H45 THE TRIP	
18H00 - 18H45 RPM	18H00 - 18H45 RPM	18H00 - 18h45 RPM	18H00 - 18H45 RPM	18H00 - 18H45 RPM	
18h55 - 19h40 RPM	18H55 - 19H40 RPM	19H00 - 19H45 THE TRIP	19H00 - 19H45 RPM	19H00 - 19H45 THE TRIP	
20H00 - 20H45 RPM	20H00 - 20H30 sprint	20H00 - 20H45 RPM	20H00 - 20H45 THE TRIP		

STUDIO SMALL GROUPE TRAINING

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
	9H30 - 10H15 HBX FUSION	9H30 - 10H15 CEREMONY			
		12H30 - 13H15 CEREMONY	12H30 - 13H15 HBX BOXING		
18H00 - 18H45 HBX FUSION		18H00 - 18H45 CEREMONY			
	18H55 - 19H40 HBX BOXING			18H55 - 19H40 CEREMONY	
19H45 - 20H30 CEREMONY					

STUDIO FITNESS

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
			9H00 -9H45 BODYPUMP	9H00 -9H45 CEREMONY STUDIO	
	9H30 -10H15 Shapes	9H30 - 10H15 BODYBALANCE			09H30 -10H15 BODYPUMP HEAVY
	10H20 - 11h05 STRETCHING		9H55 -10H40 C. PHYSIQUE	09H55 -10H40 PILATES	
10H35 - 11H20 BODYPUMP		10H35 -11H20 Shapes	10h45 -11h30 PILATES	10H45 -11H30 BODYBALANCE	10H35 -11H20 CEREMONY STUDIO
12H30 - 13H15 BODYPUMP HEAVY	12H30 - 13H15 Shapes		12H30 -13H15 CORE	12H30 -13H15 BODYBALANCE	
	17H00 - 17H45 CORE	17H00 -17H45 BODYPUMP	17H00 -17H45 BODYBALANCE		
18H00 - 18H45 BODYPUMP	18H00 - 18H45 BODYBALANCE	18H00 -18H45 PILATES	18H00 -18H45 Shapes	18H00 - 18H45 BODYPUMP	
18H55 - 19H40 Shapes	18H55 - 19H40 BODYPUMP HEAVY	18H55 - 19H40 CEREMONY STUDIO	18H55 - 19H40 BODYATTACK		
19H45 - 20H30 BODYBALANCE	19H45 - 20H30 CORE	19H45 - 20H30 BODYBALANCE	19H45 - 20H30 PILATES		

Horaires d'ouverture:

Du lundi au mercredi : 9H00-21H30
Jeudi : 8H30-21H30
Vendredi : 8H30-20H30
Samedi : 9H00-12H30
Dimanche : Fermé