

Smile

CLUB

SALLE DE SPORT... MAIS PAS QUE !

PLANNING COURS COLLECTIFS

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

 RENFO FULL BODY 10H00 30'	 BODYPUMP LES MILLS 10H00 30'	 GYM DOUCE 10H00 30'	 C.A.F CUISSSES ABDOS FESSIERS 10H00 30'	 MOVE HBX 10H00 30'	 BODYPUMP LES MILLS 10H00 30'
 STRETCHING 10H30 30'	 BODYBALANCE LES MILLS 10H30 30'	 PILÂTES 10H30 45'	 STRETCHING 10H30 30'	 ABDOS 10H30 15'	 BODYATTACK LES MILLS 10H30 30'
					 ABDOS 11H15 15'

 BOXING HBX 12H45 30'	 ABDOS & FESSIERS 12H45 30'	 SUIVI PLATEAU	 BODYBALANCE LES MILLS 12H45 30'
---	---	--	---

 PILÂTES 17H30 45'	 MOVE HBX 17H30 30'	 C.A.F CUISSSES ABDOS FESSIERS 17H30 30'	 BOXING HBX 17H30 30'	 CROSS TRAINING 17H30 45'
 CROSS TRAINING 18H15 30'	 RENFO FULL BODY 18H00 45'	 BODYATTACK LES MILLS 18H00 45'	 BODYPUMP LES MILLS 18H00 45'	 BOXING HBX 18H15 30'
 BODYJAM LES MILLS 18H45 45'	 BODYCOMBAT LES MILLS 18H45 45'	 CROSS TRAINING 18H45 45'	 STEP 19H00 45'	
 BODYPUMP LES MILLS 19H30 45'	 BODYSTEP LES MILLS 19H30 30'	 BODYBALANCE LES MILLS 19H30 45'	 SPRINT LES MILLS 19H45 30'	

-  RENFO
-  CARDIO
-  TECHNIQUE DOUCE

ACCUEIL DU CLUB & PRÉSENCE PLATEAU CARDIO/MUSCU

LUNDI - MARDI - MERCREDI - JEUDI

9H30 - 13H30 / 16H30 - 20H30

VENDREDI

9H30 - 13H30 / 16H00 - 19H00

SAMEDI - 9H30 - 12H30

ACCÈS SO SMILE 7J/7 6H-23H

PLANNING STUDIO CYCLE

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

DIMANCHE

6H00

6H0045'  R.P.M. LES MILLS CINÉMA	6H3030'  SPRINT LES MILLS CINÉMA	6H0045'  R.P.M. LES MILLS CINÉMA	6H0030'  SPRINT LES MILLS CINÉMA	6H0045'  THE TRIP LES MILLS CINÉMA	6H3030'  SPRINT LES MILLS CINÉMA	6H0045'  R.P.M. LES MILLS CINÉMA
7H0030'  SPRINT LES MILLS CINÉMA	7H0045'  R.P.M. LES MILLS CINÉMA	7H0045'  THE TRIP LES MILLS CINÉMA	6H3030'  SPRINT LES MILLS CINÉMA	7H0030'  SPRINT LES MILLS CINÉMA	7H0045'  R.P.M. LES MILLS CINÉMA	7H0045'  THE TRIP LES MILLS CINÉMA
8H0045'  R.P.M. LES MILLS CINÉMA	8H0045'  THE TRIP LES MILLS CINÉMA	8H0045'  R.P.M. LES MILLS CINÉMA	7H0045'  R.P.M. LES MILLS CINÉMA	8H0045'  R.P.M. LES MILLS CINÉMA	8H0045'  R.P.M. LES MILLS CINÉMA	8H0045'  R.P.M. LES MILLS CINÉMA
9H0045'  THE TRIP LES MILLS CINÉMA	9H0045'  R.P.M. LES MILLS CINÉMA	9H0030'  SPRINT LES MILLS CINÉMA	8H3030'  SPRINT LES MILLS CINÉMA	9H0045'  R.P.M. LES MILLS CINÉMA	9H0045'  THE TRIP LES MILLS CINÉMA	9H0045'  R.P.M. LES MILLS CINÉMA

10H0030'  SPRINT LES MILLS CINÉMA	10H0045'  R.P.M. LES MILLS CINÉMA	10H0045'  R.P.M. LES MILLS CINÉMA	10H3030'  SPRINT LES MILLS CINÉMA	10H0045'  THE TRIP LES MILLS CINÉMA	10H0045'  R.P.M. LES MILLS CINÉMA	10H0030'  SPRINT LES MILLS CINÉMA
11H0045'  R.P.M. LES MILLS CINÉMA	11H3030'  SPRINT LES MILLS CINÉMA	11H0045'  R.P.M. LES MILLS CINÉMA	11H0045'  R.P.M. LES MILLS CINÉMA	11H0045'  R.P.M. LES MILLS CINÉMA	11H0030'  SPRINT LES MILLS CINÉMA	11H0045'  R.P.M. LES MILLS CINÉMA
12H1530'  SPRINT LES MILLS CINÉMA	12H1545'  R.P.M. LES MILLS CINÉMA	12H3045'  THE TRIP LES MILLS CINÉMA	12H1530'  SPRINT LES MILLS CINÉMA	12H3045'  R.P.M. LES MILLS CINÉMA	12H3045'  R.P.M. LES MILLS CINÉMA	12H3045'  R.P.M. LES MILLS CINÉMA

13H0045'  R.P.M. LES MILLS CINÉMA	13H3045'  R.P.M. LES MILLS CINÉMA	13H3030'  SPRINT LES MILLS CINÉMA	13H0045'  THE TRIP LES MILLS CINÉMA	13H3030'  SPRINT LES MILLS CINÉMA	14H0045'  R.P.M. LES MILLS CINÉMA	14H0045'  R.P.M. LES MILLS CINÉMA
14H0030'  SPRINT LES MILLS CINÉMA	14H3030'  SPRINT LES MILLS CINÉMA	14H0045'  R.P.M. LES MILLS CINÉMA	14H0030'  SPRINT LES MILLS CINÉMA	14H0045'  R.P.M. LES MILLS CINÉMA	15H0030'  SPRINT LES MILLS CINÉMA	15H0045'  THE TRIP LES MILLS CINÉMA
15H0045'  R.P.M. LES MILLS CINÉMA	15H0045'  THE TRIP LES MILLS CINÉMA	15H0030'  SPRINT LES MILLS CINÉMA	15H0045'  R.P.M. LES MILLS CINÉMA	15H0030'  SPRINT LES MILLS CINÉMA	16H0045'  R.P.M. LES MILLS CINÉMA	16H0030'  SPRINT LES MILLS CINÉMA
16H3030'  SPRINT LES MILLS CINÉMA	16H0030'  SPRINT LES MILLS CINÉMA	16H0045'  R.P.M. LES MILLS CINÉMA	16H0030'  SPRINT LES MILLS CINÉMA	16H0045'  THE TRIP LES MILLS CINÉMA	17H0045'  R.P.M. LES MILLS CINÉMA	17H0045'  R.P.M. LES MILLS CINÉMA
17H0045'  THE TRIP LES MILLS CINÉMA	17H0030'  SPRINT LES MILLS CINÉMA	17H0045'  THE TRIP LES MILLS CINÉMA	17H0045'  R.P.M. LES MILLS CINÉMA	17H0030'  SPRINT LES MILLS CINÉMA	18H0045'  THE TRIP LES MILLS CINÉMA	18H0045'  R.P.M. LES MILLS CINÉMA
18H1530'  R.P.M. LES MILLS LIVE	18H1545'  R.P.M. LES MILLS CINÉMA	18H0030'  SPRINT LES MILLS CINÉMA	18H0045'  R.P.M. LES MILLS CINÉMA	18H0045'  THE TRIP LES MILLS CINÉMA	19H0045'  R.P.M. LES MILLS CINÉMA	19H0030'  SPRINT LES MILLS CINÉMA
19H0045'  R.P.M. LES MILLS CINÉMA	19H0045'  THE TRIP LES MILLS CINÉMA	18H4545'  R.P.M. LES MILLS LIVE	19H4530'  SPRINT LES MILLS LIVE	19H0045'  R.P.M. LES MILLS CINÉMA	19H0045'  R.P.M. LES MILLS CINÉMA	19H0030'  SPRINT LES MILLS CINÉMA
20H0030'  SPRINT LES MILLS CINÉMA	20H0045'  R.P.M. LES MILLS CINÉMA	20H0045'  THE TRIP LES MILLS CINÉMA	20H3030'  SPRINT LES MILLS CINÉMA	20H0045'  R.P.M. LES MILLS CINÉMA	20H0030'  SPRINT LES MILLS CINÉMA	20H0045'  R.P.M. LES MILLS CINÉMA

21H0045'  R.P.M. LES MILLS CINÉMA	21H0045'  THE TRIP LES MILLS CINÉMA	21H0045'  R.P.M. LES MILLS CINÉMA	21H0045'  R.P.M. LES MILLS CINÉMA	21H0030'  SPRINT LES MILLS CINÉMA	21H0045'  R.P.M. LES MILLS CINÉMA	21H0045'  R.P.M. LES MILLS CINÉMA
22H0030'  SPRINT LES MILLS CINÉMA	22H0045'  R.P.M. LES MILLS CINÉMA	22H0045'  THE TRIP LES MILLS CINÉMA	22H0045'  R.P.M. LES MILLS CINÉMA	22H0045'  R.P.M. LES MILLS CINÉMA	22H0045'  R.P.M. LES MILLS CINÉMA	22H0030'  SPRINT LES MILLS CINÉMA

23H00