

PLANNING COURS COLLECTIFS

(à partir de la semaine 36 du 01/09/2025 au --/--/----)

LUNDI		MARDI		MERCREDI		JEUDI		VENREDI		SAMEDI	
10h00 Strength Development	45'	10h00 F.A.C.	45'			10h00 CIRCUIT TRAINING	45'	10h00 LES MILLS Shapes	45'	10h00 LES MILLS RPM	45'
10h45 LES MILLS PILATES	45'	10h45 LES MILLS BODYPUMP	45'			10h45 LES MILLS BODYBALANCE	45'	10h45 LES MILLS BODYPUMP	45'	10h45 CIRCUIT TRAINING	45'
										11h30 Méditation / Stretching	30'

12h30 LES MILLS BODYATTACK	30'	12h30 ABDOS FLASH	30'			12h30 LES MILLS BODYPUMP	30'	12h30 LES MILLS PILATES	30'
--------------------------------------	-----	-----------------------------	-----	--	--	------------------------------------	-----	-----------------------------------	-----

17h45 F.A.C.	45'	17h45 LES MILLS RPM	45'	18h00 LES MILLS GRIT	30'	17h45 F.A.C.	45'	18h00 LES MILLS BODYATTACK	30'	18h00 LES MILLS BODYPUMP	30'
18h30 Strength Development	45'	18h30 LES MILLS Shapes	45'	18h30 STEP DANSE	45'	18h30 CIRCUIT TRAINING	45'	18h30 LES MILLS RPM	30'	19h00 Méditation / Stretching	30'
19h15 LES MILLS PILATES	45'	19h15 LES MILLS RPM	45'	19h15 AERO DANSE	45'	19h15 LES MILLS BODYPUMP	45'	19h15 (30') LES MILLS sprint	45'		

