

PLANNING COURS COLLECTIFS

(à partir de la semaine 36 du 31/08/2026 au --/--/----

LUNDI		MARDI		MERCREDI		JEUDI		VENDREDI		SAMEDI		
10h00 Strength Development	45'	10h00 F.A.C.	45'			10h00 LES MILLS BODYPUMP	45'	10h00 LES MILLS BODYSTEP	45'	10h00 (30') LES MILLS PILATES LES MILLS BODYBALANCE	10h00 LES MILLS RPM	45'
10h45 LES MILLS PILATES	30'	10h45 Méditation / Stretching	30'			10h45 LES MILLS PILATES	30'	10h45 LES MILLS Shapes	45'	10h45 CEREMONY HYROX		45'
11h15 LES MILLS BODYBALANCE	30'					11h15 LES MILLS BODYBALANCE	30'			11h30 LES MILLS BODYATTACK		30'
										12h00 LES MILLS BODYCOMBAT		30'

12h30 LES MILLS BODYPUMP	30'	12h30 LES MILLS sprint	30'			12h30 F.A.C.	30'	12h30 LES MILLS PILATES	30'

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

Pilâtes ou Body Balance
1 semaine sur 2



Cours accessibles aux
enfants (conditions
au club)

