

COURS COLLECTIFS

LUNDI MARDI MERCREDI JEUDI VENDREDI SAMEDI DIMANCHE

MATIN

08:45 1H DOS ABDOS SIMON FANNY	07:30 30MIN LESMILLS CXWORX ISCAYES MADINA	08:15 1H LESMILLS BODYBALANCE BOURGEOIS ELODIE	07:30 1H LESMILLS BODYPUMP BUZY LAETTITIA	08:45 1H BODYSULPT JOUANNY JOEL	08:30 1H CUISSES ABDOS FESSIERS ISCAYES MADINA	09:30 1H LESMILLS BODYPUMP BUZY LAETTITIA
09:45 1H PILATES SIMON FANNY	08:45 45MIN TAILLE ABDOS FESSIERS ISCAYES MADINA	09:15 1H BODYSULPT BOURGEOIS ELODIE	08:45 1H CXWORX STRETCHING BUZY LAETTITIA	09:45 1H EXTRA VADANZA JOUANNY JOEL	09:30 1H LESMILLS BODYBALANCE ISCAYES MADINA	11:30 1H LESMILLS BODYBALANCE BUZY LAETTITIA
	09:30 1H LESMILLS BODYPUMP ISCAYES MADINA	10:15 1H30 YOGA VINYASA BOURGEOIS ELODIE	09:45 1H PILATES BUZY LAETTITIA	10:45 1H LESMILLS BODYPUMP ISCAYES MADINA	11:30 1H LESMILLS BODYATTACK ISCAYES MADINA	
	10:30 1H  GRABSI FETHI					

MIDI

12:15 45MIN LESMILLS BODYCOMBAT DAVID ROMAIN	12:15 45MIN LESMILLS BODYPUMP DAVID ROMAIN	12:15 45MIN CUISSES ABDOS FESSIERS BUZY LAETTITIA	12:15 1H LESMILLS BODYJAM DURAND LAETTITIA	12:15 45MIN LESMILLS BODYATTACK DAVID ROMAIN		
13:00 45MIN STRETCHING BUZY LAETTITIA	13:00 45MIN CXWORX STRETCHING DAVID ROMAIN	13:00 45MIN LESMILLS BODYPUMP BUZY LAETTITIA	13:00 45MIN PILATES DURAND LAETTITIA	13:00 45MIN LESMILLS BODYBALANCE ISCAYES MADINA		

APRÈS MIDI

15:30 1H YOGA BOURGEOIS ELODIE	16:30 1H BODYSULPT BUZY LAETTITIA				14:00 2H YOGA DULBECCO MARTINE	
16:30 1H PILATES BOURGEOIS ELODIE						

SOIR

17:30 1H CROSS TRAINING BUZY LAETTITIA	17:30 1H CUISSES ABDOS FESSIERS SIMON FANNY	17:30 1H LESMILLS BODYJAM LESCH FABIEN	17:30 1H CROSS TRAINING DAVID ROMAIN	17:30 1H NRJ SCULPT DURAND LAETTITIA	17:30 1H LESMILLS BODYPUMP ISCAYES MADINA	17:30 1H LESMILLS BODYJAM FANNY / LAETTITIA
18:30 1H BODY PUMP CXWORX DAVID ROMAIN	18:30 1H AERODANCE SIMON FANNY	18:30 1H LESMILLS BODYPUMP DAVID ROMAIN	18:30 1H LESMILLS BODYATTACK DAVID ROMAIN	18:30 1H LESMILLS BODYJAM DURAND LAETTITIA		

LUNDI**MARDI****MERCREDI****JEUDI****VENDREDI****SAMEDI****DIMANCHE**

19:30 1H

**ATHLETIC
JAZZ**

DEL MONACO PATRICIA

19:30 1H

**LESMILLS
BODYCOMBAT**

DEL MONACO PATRICIA

19:30 1H

**LESMILLS
BODYBALANCE**

BUZY LAETTITA

19:30 1H

**CXWORX
STRETCHING**

ISCAYES MADINA

20:30 30MIN

**JAZZ
TRAINING**

DEL MONACO PATRICIA

Le planning peut être changé à tout moment sans préavis (cours et professeurs). Tout changement sera signalé à l'accueil du club.

TEL : 04 97 21 69 51

230 route des Dolines - 06560

Ouvert 7J/7 de 7h à 22h du lundi au vendredi et de 8h à 20h le samedi, dimanche et jours fériés.

COURS VÉLOS

LUNDI MARDI MERCREDI JEUDI VENDREDI SAMEDI DIMANCHE

MATIN

07:30 1H

SPINNING

BUZY LAETTITIA

09:30 1H

LES MILLS
RPM

ISCAYES MADINA

10:30 1H

SPINNING

ISCAYES MADINA

10:30 1H

LES MILLS
RPM

BUZY LAETTITIA

MIDI

12:15 45MIN'

LES MILLS
RPM

BUZY LAETTITIA

12:15 45MIN'

SPINNING

ISCAYES MADINA

12:15 45MIN'

LES MILLS
RPM

DAVID ROMAIN

12:15 45MIN'

LES MILLS
RPM

DAVID ROMAIN

12:15 45MIN'

SPINNING

ISCAYES MADINA

SOIR

18:30 1H

LES MILLS
RPM

BUZY LAETTITIA

18:30 1H

SPINNING

BUZY LAETTITIA

18:30 1H

LES MILLS
RPM

BUZY LAETTITIA

18:30 1H

SPINNING

ISCAYES MADINA

18:30 1H

LES MILLS
RPM

ISCAYES MADINA

18:30 1H

LES MILLS
RPM

ISCAYES MADINA

18:30 1H

SPINNING

BUZY LAETTITIA

19:30 1H

SPINNING

DAVID ROMAIN

19:30 1H

SPINNING

DAVID ROMAIN

