

PLANNING COURS COLLECTIFS

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

DIMANCHE

9H30 - 10H30

**LATINO
JAZZ**

8H15 - 9H15

**PILATES
REFORMER
ADVANCED**

9H30 - 10H30

**GINGA
DANCE**

8H15 - 9H15

**PILATES
REFORMER
BEGINNER**

9H30 - 10H30

**FUNCTIONAL
FLOW**

9H30 - 10H30

PILATES

11H30 - 12H30

**BODYPUMP
LES MILLS**

10H30 - 11H30

YOGA

9H30 - 10H30

**BODYPUMP
LES MILLS**

10H30 - 11H30

**SHOULDER &
HIP MOBILITY**

9H30 - 10H30

**CARDIO
SHAPE**

10H30 - 11H30

**FLEXIBILITY
& MOBILITY**

10H30 - 11H30

**GROUP
CYCLE**

10H30 - 11H30

**GINGA
DANCE**

12H30 - 13H15

**ABDO
FESSIERS**

10H30 - 11H30

**GYM DU
DOS**

12H30 - 13H15

**BODYPUMP
LES MILLS**

10H30 - 11H30

PILATES

11H30 - 12H30

**PILATES
REFORMER
ADVANCED**

14H00 - 15H00

**PILATES
REFORMER - OPEN
LEVEL CARDIO**

11H30 - 12H30

**BEAST
MODE**

17H00 - 18H00

**PILATES
REFORMER
BEGINNER**

11H30 - 12H30

**SCULPT
STRETCH**

18H30 - 19H30

**ABDO
FESSIERS**

12H30 - 13H15

BOOTCAMP

12H30 - 13H30

**PILATES
REFORMER
CARDIO**

15H30 - 16H30

**PILATES REFORMER
- STRETCHING
MOBILITY**

18H00 - 19H00

**CIRCUIT
TRAINING**

12H30 - 13H15

**RENFORCEMENT
MUSCULAIRE**

19H30 - 20H30

BOXE

18H30 - 19H30

**CYCLE
CORE XT**

12H30 - 13H30

**SMALL GROUP
TRAINING**

19H00 - 20H00

**GROUP
CYCLE**

18H30 - 19H30

**BODYPUMP
LES MILLS**

19H30 - 20H00

FINISHER

18H30 - 19H30

YOGA

19H30 - 20H30

**BODYBALANCE
LES MILLS**

VITALY
EXCELLENCE &
PERFORMANCE

POSSIBILITÉ DE RÉSERVER DES COURS VIRTUELS
PENDANT LES CRÉNEAUX DISPONIBLES

*en supplément de votre abonnement