

LUNDI

MARD

MERC

JEUDI

VEND

SAME

8H45-10H30

8H45-10H30

8H45-10H30

8H45-10H30

8H45-10H30

8H45-10H30

MARCHE NORDIC

10H45-11H30

10H45-11H30

10H45-11H30

10H45-11H30

10H45-11H30

10H00-12H00

**SELF DEFENSE
1/MOIS**

11H30-12H15

11H30-12H15

11H30-12H15

11H30-12H15

11H30-12H15

10H45-11H30

PILATES

12H15-13H00

POSTURAL BALL

12H15-13H00

12H15-13H00

**FIT PUMP
(RÉSERVATION)**

12H15-13H00

12H15-13H00

**HIIT CARDIO
(RÉSERVATION)**

11H30-12H15

SPEED BIKE

14H15-15H00

14H15-15H00

15H00-15H45

**CROSS TRAINING
KIDS**

14H15-15H00

14H15-15H00

14H15-15H00

18H00-18H45

FIT PUMP

18H00-18H45

FIT BALANCE

18H00-18H45

CROSS TRAINING

17H30-18H00

STRETCHING

18H00-18H45

C.A.F (RENFO)

18H00-18H45

18H45-19H30

SPEED BIKE

18H00-18H45

CROSS TRAINING

18H45-19H30

HIIT AND ERGO

18H00-18H45

**PILATES & SMALL
GROUP**

18H45-19H45

**CROSS TRAINING
HYBRIDE**

18H45-19H30

19H30-20H15

C.A.F (RENFO)

18H45-19H45

TRX BIKE

19H30-20H15

FIT PUMP

18H45-19H30

**BIKE & CROSS
TRAINING**

18H45-19H15

STRETCHING

19H30-20H15

19H45-20H30

YOGA (19H45)

19H45-20H30

STEP

19H30-20H15

19H45-20H30

YOGA

19H30-20H15

19H30-20H15

20H15-21H00

19H30-21H00

20H15-21H00

20H15-21H00

20H15-21H00

20H15-21H00