

LUNDI

10H30 - 11H15

LES MILLS
BODYPUMP

17H30 - 18H15

LES MILLS
Shapes

18H30 - 19H15

LES MILLS
BODYATTACK

19H15 - 20H00

ZUMBA

20H00 - 20H30

LES MILLS
GRIT

MARDI

09H30 - 10H15

CORE XL

11H30 - 12H15

HBX | move

17H45 - 18H30

CASH
MONKEY

18H30 - 19H15

LES MILLS
BODYPUMP

19H30 - 20H15

HBX | move

MERCREDI

10H30 - 11H15

ZUMBA

12H30 - 13H15

LES MILLS
BODYPUMP

17H45 - 18H15

LES MILLS
GRIT

18H30 - 19H15

LES MILLS
Shapes

19H30 - 20H15

LES MILLS
BODYCOMBAT

JEUDI

11H45 - 12H15

LES MILLS
BODYATTACK

17H45 - 18H30

HBX | fusion

18H30 - 19H15

STEP

19H15 - 20H00

LES MILLS
BODYPUMP

20H00 - 20H45

SALSA
REGGAETON

VENDREDI

09H30 - 10H15

LES MILLS
Shapes

17H15 - 18H00

CORE XL

18H00 - 18H45

ZUMBA

SAMEDI

09H30 - 10H00

CORE

STUDIO VIDA

LUNDI

12H30 - 13H15

LES MILLS
RPM

18H30 - 19H15

CORE & BIKE

19H30 - 20H00

LES MILLS
sprint

MARDI

18H30 - 19H00

CORE & BIKE

19H30 - 20H15

LES MILLS
RPM

MERCREDI

18H30 - 19H15

LES MILLS
RPM

JEUDI

09H30 - 10H15

LES MILLS
RPM

18H30 - 19H00

LES MILLS
sprint

19H15 - 19H45

CORE & BIKE

VENDREDI

12H30 - 13H15

CORE & BIKE

18H00 - 18H45

LES MILLS
RPM

SAMEDI

10H15 - 11H00

LES MILLS
RPM

STUDIO RODA

Pendant les heures d'ouverture du club,
vous pouvez profiter de vos coachs en virtuel dans le studio roda.
pédalez à votre rythme en fonction de votre emploi du temps !

LUNDI

09H30 - 10H15

LES MILLS
BODYBALANCE

11H30 - 12H15

PILATES

17H45 - 18H30

LES MILLS
BODYBALANCE

18H30 - 19H15

PILATES

19H15 - 20H00

CORE & CALM

20H00 - 20H45

Postural Ball®

MARDI

10H30 - 11H15

HATHA YOGA

12H30 - 13H15

Postural Ball®

17H00 - 17H45

YIN YOGA

17H45 - 18H30

HATHA YOGA

18H30 - 19H15

YOGA VINYASA

MERCREDI

09H30 - 10H15

PILATES

11H30 - 12H15

CORE & CALM

17H45 - 18H30

PILATES

18H30 - 19H15

Postural Ball®

19H30 - 20H15

LES MILLS
BODYBALANCE

JEUDI

10H30 - 11H30

LES MILLS
BODYBALANCE

12H30 - 13H15

PILATES

17H45 - 18H30

Postural Ball®

18H30 - 19H15

CORE & CALM

19H15 - 20H00

PILATES

20H00 - 20H45

HATHA YOGA

VENDREDI

10H30 - 11H15

Postural Ball®

11H30 - 12H15

HATHA YOGA

19H00 - 19H45

LES MILLS
BODYBALANCE

SAMEDI

11H15 - 12H00

CORE & CALM

STUDIO ALMA