

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
	09:30 - 10:15 CORE			
10:30 - 11:15 LES MILLS BODYPUMP		10:30 - 11:15 LES MILLS Shapes		10:30 - 11:15 LES MILLS DANCE
				11:30 - 12:15 TRAINING
		12:30 - 13:15 TRAINING		
	17:45 - 18:30 STEP	17:45 - 18:30 CORE		17:45 - 18:30 TRAINING
18:30 - 19:15 LES MILLS Shapes	18:30 - 19:15 LES MILLS BODYPUMP	18:30 - 19:15 LES MILLS DANCE	18:30 - 19:15 LES MILLS BODYATTACK	
19:15 - 20:00 ZUMBA		19:15 - 20:00 LES MILLS BODYCOMBAT	19:30 - 20:15 LES MILLS BODYPUMP	
20:00 - 20:45 TRAINING				

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
			09:30 - 10:15 LES MILLS RPM	
12:30 - 13:15 LES MILLS RPM			ET PROFITEZ DE NOS COURS VIRTUELS À LA DEMANDE !	
17:45 - 18:30 LES MILLS THE TRIP				
		18:30 - 19:15 LES MILLS THE TRIP		18:30 - 19:15 LES MILLS RPM
	19:30 - 20:15 LES MILLS RPM		19:30 - 20:00 LES MILLS sprint	

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
09:30 - 10:15 LES MILLS BODYBALANCE		09:30 - 10:15 HATHA YOGA		09:30 - 10:15 PILATES
	10:30 - 11:15 Postural Ball®		10:30 - 11:30 LES MILLS BODYBALANCE	
11:30 - 12:15 PILATES		11:30 - 12:15 CALM		
				12:30 - 13:15 Postural Ball®
	17:45 - 18:30 HATHA YOGA		17:45 - 18:30 Postural Ball®	
18:30 - 19:15 PILATES	18:30 - 19:15 LES MILLS BODYBALANCE		18:30 - 19:15 CALM	
19:15 - 20:00 CALM	19:30 - 20:15 Postural Ball®	19:15 - 20:00 PILATES		19:15 - 20:00 LES MILLS BODYBALANCE
		20:00 - 20:45 HATHA YOGA		

Les cours précédés de la pastille  auront lieu dans le Studio VIDA.