

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
9H30 - 10H30 PILATES	9H00 - 9H45 STRETCHING/RELAX		9H00 - 9h45 PILATES	9H30 - 10H15 STRETCHING/RELAX	10H00 - 10H45 PILATES
12H30 - 13H15 LES MILLS BODYPUMP	12H30 - 13H15 LES MILLS BODYBALANCE	12H30 - 13H00 Hiit	12H30 - 13H15 PILATES	12H30 - 13H15 CAF	11H00 - 11H45 LES MILLS BODYPUMP
18H00 - 18H30 100% CORE	18H15 - 19H00 CAF	18H00 - 18H45 LES MILLS BODYPUMP	18H15 - 19H00 CAF	18H00 - 19H00 BODY FUSION	
18H30 - 19H15 DANCE	19H00 - 19H30 Hiit	18H45 - 19H30 LES MILLS BODYCOMBAT	19H00 - 19H30 Hiit		
19H30 - 20H15 PILATES	19H30 - 20H15 STRETCHING/RELAX	19H30 - 20H15 LES MILLS BODYBALANCE	19H30 - 20H15 STRETCHING/RELAX		

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

07H30 - 08H30
CROSS TRAINING

07H30 - 08H30
CROSS TRAINING

12H30 - 13H15
HYROX

12H30 - 13H15
CROSS TRAINING

12H30 - 13H15
HYROX

12H30 - 13H15
CROSS TRAINING

12H30 - 13H15
HYROX

18H15 - 19H00
CROSS TRAINING

18H15 - 19H00
HYROX

18H30 - 19H30
CROSS TRAINING

19H00 - 19H45
HYROX

19H00 - 19H45
CROSS TRAINING

19H00 - 20H00
CROSS TRAINING

19H00 - 20H00
HYROX