

→ de septembre 2024 à fin juin 2025

PLANNING FITNESS						
	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
10h/12h	ACCÈS ESPACE-CARDIO					
10h/10h45	 BODY-SCULPT	 BODY-SCULPT	 ATELIER GYM DOUCE	 BODY-SCULPT	FERMÉ	 FIT 'RUN CARDIO
11h/11h45	 LES MILLS BODYBALANCE	 STRETCHING	 PILATES	 STRETCHING	FERMÉ	 LES MILLS BODYBALANCE
12h15/13h	 STRETCHING					
17h/20h ACCÈS ESPACE-CARDIO			 17H-17H45 FIT KIDS			
18h/18h45		 TAF	 LES MILLS BODYATTACK			
18h15/19h	 BODY BARRE			 LES MILLS tone		
19h/19h45	 CARDIO STEP	 LES MILLS BODYATTACK	 LES MILLS BODYBALANCE	 LES MILLS BODYBALANCE		

→ de septembre 2024 à fin juin 2025

PLANNING FITNESS						
	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
10h/12h	ACCÈS ESPACE-CARDIO					
10h/10h45	 BODY-SCULPT	 BODY-SCULPT	 ATELIER GYM DOUCE	 BODY-SCULPT	FERMÉ	 FIT 'RUN CARDIO
11h/11h45	 LES MILLS BODYBALANCE	 STRETCHING	 PILATES	 STRETCHING	FERMÉ	 LES MILLS BODYBALANCE
12h15/13h	 STRETCHING					
17h/20h ACCÈS ESPACE-CARDIO			 17H-17H45 FIT KIDS			
18h/18h45		 TAF	 LES MILLS BODYATTACK			
18h15/19h	 BODY BARRE			 LES MILLS tone		
19h/19h45	 CARDIO STEP	 LES MILLS BODYATTACK	 LES MILLS BODYBALANCE	 LES MILLS BODYBALANCE		

AQUA-
TRAINING

AQUAGYM

AQUA-
TRAINING

AQUAGYM

ACTIVITÉS AQUATIQUES

	AQUAGYM			AQUABIKE		AQUATRaining	AQUAGYM GRANDE PROFONDEUR
LUNDI	9H	10H	15H30	18H30	19H50		
MARDI	19H			12H15	16H	19H50	9H
MERCREDI	19H			9H	18H	10H	19H
JEUDI	9H	16H	10H	19H			
VENDREDI	10H					19H	

ACTIVITÉS AQUATIQUES

	AQUAGYM			AQUABIKE		AQUATRaining	AQUAGYM GRANDE PROFONDEUR
LUNDI	9H	10H	15H30	18H30	19H50		
MARDI	19H			12H15	16H	19H50	9H
MERCREDI	19H			9H	18H	10H	19H
JEUDI	9H	16H	10H	19H			
VENDREDI	10H					19H	