



LUNDI

SMALL GROUP



CIRCUIT TRAINING
08H45 CLÉMENT



TRX
12H00 DAMIEN

LES MILLS
GRIT | STRENGTH

17H30 VALENTIN



TRX
18H00 VALENTIN

COURS COLLECTIFS

LES MILLS
BODYBALANCE

09H30 DAMIEN

LES MILLS
BODYATTACK

12H15 VALERIA

LES MILLS
BODYSTEP

18H10 SERENA

LES MILLS
BODYPUMP

19H00 SERENA

COURS VÉLO

sprint

12H30 DAMIEN



CYCLING
18H30 NICOLAS



MARDI

SMALL GROUP

LES MILLS
GRIT | **CARDIO**
18H00 VALERIA



BOXING
18H45 MOH

COURS COLLECTIFS



PILATES
09H30 VALERIA

LES MILLS
BODYPUMP
12H15 VALERIA

LES MILLS
CXWORX
17H30 VALERIA

LES MILLS
BODYBALANCE
18H30 VALERIA

LES MILLS
BODYCOMBAT
19H30 MOH

COURS VÉLO

LES MILLS
RPM
12H30 DAMIEN

LES MILLS
RPM
19H15 MARIE



MERCREDI

SMALL GROUP



STRETCHING
08H45 VALENTIN



TRX
12H00 DAMIEN

LES MILLS
GRIT | **CARDIO**
12H30 DAMIEN

COURS COLLECTIFS



YOGA
09H30 MALIK

LES MILLS
BODYATTACK
12H15 CAROLANE

LES MILLS
CXWORX
13H00 CAROLANE

LES MILLS
BODYPUMP
17H45 DAMIEN

LES MILLS
CXWORX
18H30 DAMIEN

LES MILLS
BODYATTACK
19H00 FLORENCE

COURS VÉLO

LES MILLS
RPM
07H30 VALERIA



CYCLING
19H00 NICOLAS



JEUDI

SMALL GROUP

COURS COLLECTIFS

COURS VÉLO

LES MILLS
BODYBALANCE
09H30 VALERIA

LES MILLS
BODYCOMBAT
12H30 CAROLANE

LES MILLS
GRIT | STRENGTH
17H30 VALERIA



TRX
19H00 VALERIA

LES MILLS
BODYBALANCE
19H00 SERENA

LES MILLS
RPM
18H10 VALERIA



VENDREDI

SMALL GROUP



CIRCUIT TRAINING
08H45 CLÉMENT

COURS COLLECTIFS

LES MILLS
BODYBALANCE
12H15 VALERIA

LES MILLS
BODYPUMP
18H00 VALENTIN

LES MILLS
CXWORX
19H00 VALENTIN

COURS VÉLO

LES MILLS
RPM
12H30 DAMIEN



CYCLING
18H00 PATRICE



SAMEDI

SMALL GROUP

COURS COLLECTIFS

COURS VÉLO

LES MILLS
CXWORX
09H30 VALERIA

LES MILLS
BODYATTACK
10H05 VALERIA



PILATES
11H15 VALERIA



CYCLING
10H15 NELLY



DIMANCHE

SMALL GROUP

COURS COLLECTIFS

COURS VÉLO



YOGA
09H15 STEPHANIE

LES MILLS
GRIT | **CARDIO**
09H45 VALENTIN

LES MILLS
BODYPUMP
10H30 VALENTIN

LES MILLS
RPM
10H30 JULIE