

PLANNING 2020 JANVIER - JUIN

LUNDI

COURS CO



ABDOS

DE. 09.30/10.00



STRETCH

DE. 10.00/10.30

LES MILLS
BODYATTACK

Va. 12.00/12.45

LES MILLS
CXWORX

V. 12.45/13.15

LES MILLS
BODYSTEP

Se. 18.00/18.45

LES MILLS
BODYPUMP

Se. 19.00/20.00

SMALL GROUP



TRAINING

V. 07.30/08.00

HBX*

HBX MOVE

DA 12.00/12.30

ARTS MARTIAUX*



SANDA

CH. 18.15/19.30



WUSHU

CH. 20H15*21H30

BIKE

sprint

DA. 12.40/13.10

PLANNING 2020 JANVIER - JUIN

MARDI

COURS CO

 PILATES

DE. 9.30/10.30

LES MILLS
BODYPUMP

DA. 12.15/13.00

LES MILLS
BODYBALANCE

VA. 18.05/18.50

LES MILLS
barre

VA. 18.55/19.25

LES MILLS
BODYCOMBAT

MO. 19.30/20.30

SMALL GROUP

 TRAINING

Cl. 07.30/08.00

 STRETCH

DE. 13.00/13.30

LES MILLS
GRIT | STRENGTH

V. 19.00/19.30

HBX*

HBX BOXING

MO. 18.15/19.00

HBX MOVE

V. 19.30/20.00

ARTS MARTIAUX*

BIKE

 **LES MILLS**
RPM

Cl. 10.30/11.15

 **LES MILLS**
RPM

Mv. 19.15/20.00

PLANNING 2020 JANVIER - JUIN

MERCREDI

COURS CO

YOGA

Ma. 09.30/10.30

LES MILLS
BODYBALANCE

VA. 12.15/13.00

LES MILLS
CXWORX

Da. 13.00/13.30

LES MILLS
BODYPUMP

CL. 18.00/19.00

LES MILLS
BODYATTACK

CL. 19.15/20.15

SMALL GROUP

TRAINING

Cl. 07.30/08.00

STRETCH

V. 08.30/09.00

ABDOS

DE. 10.45/11.15

LES MILLS
GRIT | CARDIO

DA. 12.30/13.00

HBX*

HBX MOVE

DA. 12.00/12.30

ARTS MARTIAUX*

SANDA

CH. 18.00/19.30

BIKE

LES MILLS
RPM

Va. 07.30/08.15

CYCLING

NI. 18.30/19.30



PLANNING 2020 JANVIER - JUIN

JEUDI

COURS CO

SMALL GROUP

HBX*

ARTS MARTIAUX*

BIKE

LES MILLS
tone
SE. 7.30/08.15

LES MILLS
BODYBALANCE
DA. 9.30/10.30

LES MILLS
BODYCOMBAT
CA. 12.30/13.15

 **LATINOMIX**
HA. 18.30/19.15

LES MILLS
BODYBALANCE
SE. 19.10/20.10



LES MILLS
GRIT | STRENGTH
VA. 17.30/18.00

LES MILLS
GRIT | CARDIO
V. 19.15/19.45

HBX MOVE
VA. 12.00/12.30

HBX MOVE
V. 18.00/18.30

 **WUSHU**
CH. 17.30/18.45

 **LES MILLS**
RPM
Da. 12.30/13.15

 **LES MILLS**
RPM
Va. 18.10/18.55

PLANNING 2020 JANVIER - JUIN VENDREDI

COURS CO

SMALL GROUP

HBX*

ARTS MARTIAUX*

BIKE



TRAINING

CL. 07.30/08.00

 **PILATES**

MA. 12.45/13.30

**LES MILLS
BODYPUMP**

V. 18.00/19.00

**LES MILLS
CXWORX**

V. 19.10/19.40

HBX MOVE

V. 12.00/12.30



**LES MILLS
RPM**

DA. 12.15/13.00

PLANNING 2020 JANVIER - JUIN SAMEDI

COURS CO

**LES MILLS
CXWORX**
V. 09.30/10.00

**LES MILLS
BODYATTACK**
VA. 10.10/11.10

PILATES
VA. 11.15/12.15

BIKE

 **CYCLING**
NE. 10.10/11.10

ARTS MARTIAUX*

 **KUNG FU**
CH. 14H00/15H15

 **WUSHU**
CH. 15H30/16H45

PLANNING 2020 JANVIER - JUIN DIMANCHE

COURS CO

**LES MILLS
BODYPUMP**
V. 09.50/10.50

 **YOGA**
ST. 11.00/12.15

HBX*

HBX BOXING
MO. 12.00/12.45

ARTS MARTIAUX*

BIKE

 **LES MILLS
RPM**
JU. 10.15/11.00

 **CYCLING**
Ni. 11.15/12.15