

PLANNING DES ACTIVITES - PERIODE SCOLAIRE 12 septembre au 30 décembre 2016

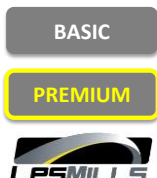
	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
9h45	AQUABIKING 30'						
11h15		AQUAFITNESS 45'					
12h15	AQUABIKING 30'	AQUAFITNESS 45'	AQUAFITNESS 45'	AQUABIKING 30'	AQUAFITNESS 45'	BODYPALM 45'	
13h	AQUAFITNESS 45'	AQUABIKING 30'	AQUAFITNESS 45'	AQUAFITNESS 45'	AQUABIKING 30'	AQUABIKING 30'	AQUAFITNESS 45'
16h30		AQUABIKING 30'			AQUAFITNESS 45'		
17h15		AQUABIKING 30'					
17h30	AQUABIKING 30'				AQUABIKING 30'		
18h15	AQUAFITNESS 45'		AQUAFITNESS 45'	AQUABIKING 30'			
18h30				AQUAFITNESS 45'			
19h		AQUABIKING 30'			AQUABIKING 30'		
19h15	AQUABIKING 30'	AQUAFITNESS 45'					
19h30			AQUABIKING 30'	BODYPALM 45'	AQUAFUSION 45'		
20h			AQUABIKING 30'				

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
9h15	CAF 45'	PILATES 60'	STEP 45'		BODYVIVE LESMILLS 45'	STEP 45'
10h	BODYPUMP LESMILLS 45'	BLUEBALL 45'	BLUEBALL 45'	CXWORX LESMILLS 30'	BODYVIVE LESMILLS 30'	BODYPUMP LESMILLS 45'
11h	SOPHROLOGIE 60'	CXWORX LESMILLS 30'	PILATES 60'	BODYVIVE LESMILLS 45'	YOGA 60'	BLUEBALL 45'
12h15	BODYVIVE LESMILLS 45'	GYM ATTACK 45'		CXWORX LESMILLS 30'	STEP 45'	
13h	CXWORX LESMILLS 30'	STEP 45'	BODYPUMP LESMILLS 60'	PILATES 60'	CAF 30'	
18h	BODYPUMP LESMILLS 45'	CAF 45'	CXWORX LESMILLS 30'	BLUEBALL 45'	BODYPUMP LESMILLS 45'	
18h45		BODYVIVE LESMILLS 45'	STEP 45'	GYM ATTACK 45'	BLUEBALL 45'	
19h	ZUMBA 45'	STRETCH'N FORM 30'		YOGA 60'	DANSE 60'	

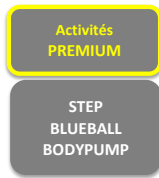
Intensités



Activités



Cours sur réservation



La direction se réserve la possibilité de changer les horaires en fonction des impératifs de fonctionnement et de refuser l'accès aux cours dont la capacité maximum est atteinte. Les cours ne sont pas maintenus les jours fériés. Document non contractuel.

PLANNING DES ACTIVITES

Vacances Toussaint & Noël 2016

AQUAFITNESS

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMEDI
10h	AQUABIKING 30'					
12h15	AQUABIKING 30'	AQUAFITNESS 45'	AQUAFITNESS 45'	AQUABIKING 30'	AQUAFITNESS 45'	BODYPALM 45'
13h	AQUAFITNESS 45'	AQUABIKING 30'	AQUAFITNESS 45'	AQUAFITNESS 45'	AQUABIKING 30'	AQUABIKING 30'
17h30	AQUABIKING 30'					
18h15	AQUAFITNESS 45'	AQUABIKING 30'	AQUAFITNESS 45'	AQUABIKING 30'	AQUABIKING 30'	
19h		AQUABIKING 30'		AQUAFITNESS 45'	AQUABIKING 30'	
19h15	AQUABIKING 30'	AQUAFITNESS 45'				
19h30			AQUABIKING 30'	BODYPALM 45'		
20h			AQUABIKING 30'		AQUAFUSION 45'	

FITNESS

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMEDI
10h15	CAF 45'	PILATES 60'	STEP 45'	CXWORX LESMILLS 30'	BODYVIVE LESMILLS 45'	STEP 45'
11h15	BODYPUMP LESMILLS 45'	BLUEBALL 45'	PILATES 60'	BODYVIVE LESMILLS 45'	YOGA 60'	BODYPUMP LESMILLS 45'
12h15	BODYVIVE LESMILLS 45'	GYM ATTACK 45'		CXWORX LESMILLS 30'	STEP 45'	BLUEBALL 45'
13h	CXWORX LESMILLS 30'	STEP 45'	BODYPUMP LESMILLS 60'	PILATES 60'	CAF 30'	
18h	BODYPUMP LESMILLS 45'	CAF 45'	CXWORX LESMILLS 30'	BLUEBALL 45'	BODYPUMP LESMILLS 45'	
18h45		BODYVIVE LESMILLS 45'	STEP 45'	GYM ATTACK 45'	BLUEBALL 45'	
19h	ZUMBA 45'	STETCH'N FORM 30'		YOGA 60'	DANSE 60'	

Intensités

- COOL
- TONIC
- PERF
- XTREM

Activités

- BASIC
 - PREMIUM
- 

Cours sur réservation

- Activités PREMIUM
- STEP
- BLUEBALL
- BODYPUMP



La directions se réserve la possibilité de changer les horaires en fonction des impératifs de fonctionnement et de refuser l'accès aux cours dont la capacité maximum est atteinte.
Les cours ne sont pas maintenus les jours fériés. Document non contractuel.