

CLUB CENTRE- FÉVRIER 2023

STUDIO FITNESS

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
MATIN	9H30-9H45 ABDOS						
	9H45-10H30 GYM	9H15-10H PILATES	9H30-10H15 PILATES		9H15-10H BODYPUMP	10H30-11H15 BODYMIX	
	10H30-11H15 BODYBALANCE	10H-11H YOGA	10H15-11H STRETCHING	10H30-11H15 BODYPUMP	10H-10H45 STRETCHING	11H15-12H15 BODYBALANCE	11H-12H BODYPUMP
MIDI	12H30-13H15 BODYPUMP	12H30-13H15 BODYCOMBAT	12H15-12H45 LMCORE	12H30-12H45 ABDOS			
			12H45-13H15 GRIT	12H45-13H15 CUISSES-FESSIERS			
SOIR	18H-18H45 BODYMIX	18H-18H30 LMCORE	18H-19H BODYPUMP	17H45-18H30 STEP	17H30-18H LMCORE		
	18H45-19H30 BODYBALANCE	18H30-19H15 BODYATTACK	19H-19H45 SH'BAM	18H30-19H15 BODYPUMP	18H-18H30 BODYCOMBAT 30'		
	19H30-20H15 BODYCOMBAT	19H15-20H BODYPUMP	19H45-20H30 BODYBALANCE	19H15-20H15 BODYATTACK	18H30-19H BODYPUMP 30'		
	20H15-21H BODYPUMP	20H-20H30 GRIT		20H15-20H45 LMCORE	19H-19H30 BODYATTACK 30'		

STUDIO RPM

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
MATIN	TOUTES LES HEURES THE TRIP	8H-8H50 RPM		9H30-10H15 RPM	TOUTES LES HEURES THE TRIP	9H30-10H20 RPM	TOUTES LES HEURES THE TRIP
							10H-10H50 RPM
MIDI	12H30-13H20 RPM	TOUTES LES HEURES THE TRIP		TOUTES LES HEURES THE TRIP	12H30-13H20 RPM	TOUTES LES HEURES THE TRIP	TOUTES LES HEURES THE TRIP
SOIR	TOUTES LES HEURES THE TRIP						
	18H30-19H30 RPM XL	18H45-19H35 RPM					
	TOUTES LES HEURES THE TRIP	TOUTES LES HEURES THE TRIP	19H-20H RPM XL	19H30-20H20 RPM	TOUTES LES HEURES THE TRIP		
			TOUTES LES HEURES THE TRIP	TOUTES LES HEURES THE TRIP			

STUDIO AQUA

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
MATIN	9H30-10H15 AQUACORE	9H30-10H AQUASTRETCH	9H30-10H15 AQUABIKE	9H30-10H15 AQUAMIX	9H30-10H15 AQUAGYM	9H30-10H30 AQUABIKE XL	
	10H30-11H15 AQUABIKE	10H-10H45 AQUAGYM	10H30-11H15 AQUACARDIO	10H30-11H15 AQUABIKE	10H30-11H15 AQUABIKE	10H45-11H30 AQUACARDIO	
						11H30-12H15 AQUACORE	
MIDI	12H30-13H15 AQUABIKE	12H30-13H15 AQUAGYM	12H30-13H15 AQUACARDIO	12H30-13H TRAMP'EAU	12H30-13H15 AQUABIKE		
SOIR	17H15-18H AQUAGYM	17H30-18H15 AQUACARDIO	17H15-18H AQUACORE	17H30-18H TRAMP'EAU	17H30-18H TRAMP'EAU		
	18H15-19H AQUABIKE	18H30-19H TRAMP'EAU	18H-18H45 AQUACARDIO	18H15-19H AQUAGYM	18H15-19H AQUABIKE		
	19H15-20H AQUAMIX		19H-19H45 AQUABIKE	19H15-20H AQUABIKE			