

RELANCEMENTS LES MILLS

**17 & 18
JANVIER
2025**

Avec la participation
exceptionnelle de Camille
Torralba, Trainer Les Mills !



PROGRAMME EXCEPTIONNEL DU VENDREDI 17/O1 :

17h **BODYPUMP**



19h **BODYBALANCE**

17h **AQUABIKE***

19h **SPRINT**



18h **BODYATTACK**

19h **AQUAWORK**

18h **AQUADYNAMIC**

20h **AQUABIKE***

18h **RPM**

20h **POLE DANCE***

PROGRAMME EXCEPTIONNEL DU SAMEDI 18/O1 :



9h30 **BODYJAM**

11h30 **BODYCOMBAT**

9h30 **RPM**

11h30 **AQUABIKE***

9h30 **AQUADYNAMIC**

12h30 **AQUAWORK**



10h30 **BODYPUMP**

14h **BODYSCULPT***

10h30 **SPRINT**

14h **AQUABIKE***

10h30 **AQUABIKE***

15h **STRETCHING***

**COURS HABITUELS*

À noter : les cours ne figurant pas sur le planning ci-dessus sont exceptionnellement annulés à l'occasion des Relancements.

INSCRIPTION **OBLIGATOIRE** SUR L'APPLICATION **WELLNESS+** (ADHÉRENTS) OU À L'ACCUEIL (INVITÉS)

RENSEIGNEMENTS À L'ACCUEIL DU CLUB DE GRENOBLE