

RELANCEMENTS LES MILLS

**17 & 18
JANVIER
2025**

Avec la participation
exceptionnelle de
Benjamin Thibaud, Trainer
Les Mills !



PROGRAMME EXCEPTIONNEL DU VENDREDI 17/01 :

16h30 AQUABIKE*

18h30 AQUADYNAMIC

17h30 GRIT 50

19h15 LM CORE

17h30 AQUABIKE*

19h15 SPRINT



18h15 BODYCOMBAT

20h15 BODYBALANCE



18h15 RPM

PROGRAMME EXCEPTIONNEL DU SAMEDI 18/01 :

9h15 AQUADYNAMIC

11h30 BODYJAM

9h30 BODYPUMP

11h30 SPRINT

10h15 AQUABIKE*

12h30 BODYBALANCE

10h30 BODYATTACK

12h30 STRENGTH DEV

10h30 RPM

12h30 AQUABIKE*

11h15 AQUABIKE*

*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 VENDOME