

RELANCEMENTS LES MILLS

18
JANVIER
2025

Avec la participation
exceptionnelle de Léa
Kubiack, Trainer Les Mills !



PROGRAMME EXCEPTIONNEL DU SAMEDI 18/01 :

| | | | |
|--------------|------------------------|--|------------------------|
| 9h30 | PILATES* | 14h | POLE DANCE* |
| 9h30 | SPRINT* | 14h30 | CROSS TRAINING* |
| 9h30 | AQUAWORK | 15h30 | BOXING* |
| 10h15 | BODYPUMP* | 16h30 | BODYBALANCE |
| 10h15 | RPM* | 16h30 | RPM |
| 10h30 | AQUADYNAMIC | 17h30 | BODYPUMP |
| 11h30 | BODYATTACK |  18h30 | BODYJAM |
| 11h30 | CROSS TRAINING* | 18h30 | SPRINT |
| 12h30 | STRETCHING* |  19h30 | BODYCOMBAT |

**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 VILLEURBANNE