

RELANCEMENTS LES MILLS

28 & 29
MARS
2025

Avec la participation
exceptionnelle d'Olivier
Lacombe, Trainer Les Mills !



PROGRAMME EXCEPTIONNEL DU VENDREDI 28/O3 :

16h30 AQUABIKE*



17h30 BODYPUMP

17h30 AQUAGYM*



18h15 LM CORE + BODYCOMBAT

18h30 AQUA WORK*

19h30 LM DANCE + BODYJAM

19h30 RPM + SPRINT

19h30 AQUABIKE*

PROGRAMME EXCEPTIONNEL DU SAMEDI 29/O3 :

9h15 AQUABIKE*

9h15 BODYPUMP

10h15 AQUADYNAMIC

10h15 BODYATTACK + LM CORE

11h15 AQUAWORK

11h15 BODYBALANCE



11h15 RPM + SPRINT

12h15 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 CONFLUENCE