

RELANCEMENTS LES MILLS

28 & 29
MARS
2025

PROGRAMME EXCEPTIONNEL DU VENDREDI 28/03 :

17h	LM CORE	19h	CROSS-TRAINING*
17h	AQUABIKE*	19h	AQUAWORK
17h30	BODYATTACK	19h30	BODYBALANCE
18h	AQUADYNAMIC	19h30	SPRINT
18h	CROSS-TRAINING*	20h	AQUABIKE*
18h30	LM DANCE	20h30	POLE DANCE*
18h30	RPM		

PROGRAMME EXCEPTIONNEL DU SAMEDI 29/03 :

9h30	BODYJAM	11h30	BODYCOMBAT
9h30	SPRINT	11h30	AQUAWORK
9h30	AQUABIKE*	12h30	AQUABIKE*
10h30	AQUADYNAMIC	14h	BODYSCULPT*
10h30	BODYPUMP	14h	AQUABIKE*
10h30	RPM	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