

# Planning Temporaire

Pendant la phase de transformation  
du club

Lun. au Ven. : 7h - 21h30

Sam. & Dim. : 9h - 13h30

Lun.	08h00	45'	CAF
	09h30	45'	Aquagym
	10h30	60'	Pilates
	11h30	45'	Aquaboxing
	12h30	45'	Aquabiking
	12h30	60'	Vinyasa yoga
	12h30	45'	Cross Training
	13h15	15'	Abdos Flash
	16h00	45'	Stretching
	17h00	45'	TRX
	18h00	45'	Cross Training
	18h00	45'	Aquadynamic
	19h00	45'	Zumba
	19h00	45'	Aquabodyslim

Mar.	08h00	45'	LIA
	09h30	45'	Yin yoga
	09h30	45'	Cross Training
	09h30	45'	Aquadynamic
	10h30	60'	Pilates
	10h30	45'	Sculpt
	11h30	45'	Stretching
	11h30	45'	TRX
	12h30	45'	Zumba
	12h30	45'	RPM
	12h30	45'	Aquaboxing
	12h30	45'	TRX <b>NEW*</b>
	13h15	15'	Abdos Flash
	17h00	30'	Grit Force
	18h00	45'	RPM
	18h00	45'	Bodypump <b>NEW*</b>
	18h00	45'	Aquagym
	19h00	60'	Bodycombat
	19h00	45'	AquaCrossTraining
	19h00	45'	Bodybalance <b>NEW*</b>
20h00	45'	LesMills CORE <b>NEW*</b>	

Mer.	09h30	45'	Cross Training
	10h30	45'	LesMills CORE
	11h30	45'	Bodybalance
	12h30	45'	Pilates
	12h30	45'	Aquadynamic
	13h00	15'	Abdos Flash
	19h00	45'	Bodypump
	19h00	45'	Aquaboxing
	20h00	45'	RPM

Jeu.	09h30	45'	Cross Training
	09h30	45'	Aquagym
	10h30	45'	Stretching
	10h30	60'	Vinyasa yoga
	11h30	45'	RPM
	12h30	45'	Bodypump
	12h30	45'	AquaCrossTraining
	13h15	15'	Abdos Flash
	18h00	45'	Aquadynamic
	18h00	45'	Bodyattack <b>NEW*</b>
19h00	45'	Aquabiking	
19h15	45'	Bodypump	
20h15	45'	RPM	

Ven.	09h30	60'	Yin Yoga
	09h30	45'	Aquagym
	10h30	45'	Sculpt
	11h30	45'	Cross training
	12h30	45'	Bodybalance
	12h30	45'	RPM
	12h30	45'	Aquabiking
	13h15	15'	Abdos Flash
	18h15	30'	Grit Force
	19h00	45'	RPM
20h00	45'	Bodyjam	

Sam.	09h30	45'	Aquabodyslim
	10h30	45'	Bodypump
	11h30	45'	RPM

Salle de cours • Zone Fonctionnelle • Studio de Bike  
Studio • Piscine

**NEW\*** : nouveaux cours au planning dès le 7 avril 2025.

**WellNess**  
SPORT CLUB