



COURS COLLECTIFS - RENTRÉE 2024

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

							10:30- 11:15		
							LES MILLS RPM		
12:45-13:15		12:45-13:15		12:45-13:15		12:45-13:15		11:30- 12:15	
LES MILLS CORE		LES MILLS BODYPUMP		LES MILLS GRIT		BOXE		LES MILLS RPM	
18:00-18:30		18:00-18:45		18:00-18:30		18:00- 18:45		18:00-18:30	
LES MILLS GRIT	CROSS TRAINING	CAF		LES MILLS CORE		LES MILLS BODYPUMP	LES MILLS RPM	LES MILLS CORE	
18:30- 19:15		18H30-19:15		18:00-18:45		19:00-19:30		18:15-19:00	
LES MILLS BODYPUMP	LES MILLS RPM	LES MILLS RPM		BODY WORKOUT		BOXE		LES MILLS RPM	
18:30- 19:00		18:45-19:30		18:30-19:15		18H45-19:30		18H45-19:15	
BOXE		CAF		LES MILLS BODYPUMP		LES MILLS BODYCOMBAT		LES MILLS GRIT	
19:00-19:30				18:45-19:30					
CROSS TRAINING				BODY WORKOUT					
19:30-20:00		19:30-20:00		19:30-20:15		19:30-20:00			
BOXE		LES MILLS sprint		BODY WORKOUT		BOXE			
19:30-20:15		19:30-20:15		19:30-20:15		19:30-20:15			
LES MILLS BODYBALANCE	LES MILLS RPM	ZUMBA		LES MILLS BODYBALANCE	LES MILLS RPM	LES MILLS RPM			