

Période de Noël

DU 22 DÉCEMBRE 2025 AU 03 JANVIER 2026

SALLE FITNESS	LUNDI	MARDI	MERCREDI	VENDREDI	SAMEDI
9h00	PILATES 45'	ABDOS FESSIERS CUISSES 45'	LES MILLS BODYBALANCE NEW 45'	ABDOS FESSIERS CUISSES 45'	
10h00	ABDOS FESSIERS CUISSES 45'	LES MILLS BODYPUMP 45'	LES MILLS CORE 45'	LES MILLS BODYBALANCE 45'	9h30 LES MILLS BODYPUMP 45'
11h00	STRETCHING 45'	LES MILLS BODYBALANCE 45'	GYM ENTRETIEN 45'	CROSS TRAINING NEW 45'	11h30 STRETCHING 45'
12h30	YOGA 45'		CROSS TRAINING 45'		
17h30	LES MILLS BODYPUMP 45'	PILATES 45'		ABDOS FESSIERS CUISSES 45'	
18h30	LES MILLS BODYCOMBAT 45'			LES MILLS BODYBALANCE NEW 45'	
19h30	CROSS TRAINING NEW 45'	CROSS TRAINING NEW 45'			

SALLE RPM	RPM						
	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
8h00	LES MILLS sprint 30'	THE TRIP 45'	RPM 30'	LES MILLS sprint 30'	RPM 30'		RPM 30'
8h30	RPM 50'		THE TRIP 45'		RPM 50'	THE TRIP 45'	RPM 50'
9h30	RPM 30'	LES MILLS sprint 30'	RPM 50'	THE TRIP 45'	LES MILLS sprint 30'	RPM 50'	THE TRIP 45'
10h00	RPM 50'	RPM 50'					RPM 50'
10h30	RPM 50'		THE TRIP 45'	RPM 50'	RPM 30'	LES MILLS RPM 50'	
11h00					RPM 50'		
12h30	LES MILLS sprint 30'	LES MILLS RPM 50'	LES MILLS sprint 30'	RPM 50'	THE TRIP 45'		LES MILLS sprint 30'
14h30	RPM 50'	LES MILLS sprint 30'	THE TRIP 45'	RPM 50'	RPM 50'	LES MILLS sprint 30'	
15h30	THE TRIP 45'	THE TRIP 45'	LES MILLS sprint 30'	LES MILLS sprint 30'	THE TRIP 45'		THE TRIP 45'
17h00		RPM 30'		RPM 50'	RPM 30'	RPM 50'	RPM 50'
17h30	RPM 50'	RPM 50'	LES MILLS sprint 30'				
18h00				RPM 50'		LES MILLS sprint 30'	THE TRIP 45'
18h30	RPM 50'	LES MILLS RPM 50'	RPM 50'		RPM 50'		
19h30	LES MILLS sprint 30'	RPM 50'	RPM 50'	THE TRIP 45'	THE TRIP 45'		

Horaires Accueil du Club :

Lundi, Mardi et Vendredi : 9h00-20h00

Mercredi : 9h00-13h30

Samedi : 9h00-12h30

Horaires Accès Libre* :

Tous les jours de 6h à 23h

*Sous conditions. Renseignements à l'accueil

Profitez du LIBRE ACCÈS

24 à partir de 13h30 & 25 Décembre

et 31 Décembre à partir de 13h30

& le 1er Janvier 2026