

PLANNING DES COURS COLLECTIFS 2025

Les cours cinéma sont en libre accès, **7J/7, DE 6H À 23H**, en dehors des cours en Live.

	LUNDI		MARDI		MERCREDI		JEUDI		VENDREDI		SAMEDI	
MATIN	10H	C.A.F. 45'	10H	LES MILLS DANCE 45'	10H	LES MILLS BODYPUMP 45'	10H	Step 45'	10H	LES MILLS RPM 45'	10H	C.A.F. 45'
	10H45	weStretch 45'	10H45	Pilates 45'	10H45	GYM DOUCE 45'	10H45	weStretch 45'	11H	LES MILLS BODYBALANCE 45'	10H45	weMove 45'
MIDI	12H30	SMALL GROUP TRAINING 45'	12H30	LES MILLS RPM 45'	12H30	LES MILLS BODYBALANCE 45'	12H30	C.A.F. 45'	12H30	SMALL GROUP TRAINING 45'	11H30	LES MILLS RPM 45'
SOIR	17H	Pilates 45'	17H	weCoach 45'	17H	SMALL GROUP TRAINING 45'	17H	SMALL GROUP TRAINING 45'	17H45	LES MILLS BODYPUMP 45'	17H	SMALL GROUP TRAINING 45'
	17H45	LES MILLS BODYBALANCE 45'	18H	LES MILLS RPM 45'	17H45	LES MILLS Shapes 45'	17H45	LES MILLS BODYSTEP 45'	18H	LES MILLS sprint 30'	18H15	HIT 45'
											18H	LES MILLS THE TRIP 45'
	18H30	LES MILLS BODYPUMP 45'	18H30	LES MILLS BODYATTACK 45'	18H00	THE TRIP 45'	18H30	C.A.F. 45'	18H30	LES MILLS BODYBALANCE 45'	19H	LES MILLS RPM 45'
												LES MILLS Shapes 45'
	19H15	LES MILLS BODYCOMBAT 45'	19H15	LES MILLS RPM 45'	19H15	Pilates 45'	19H15	LES MILLS RPM 45'	19H15	LES MILLS BODYCOMBAT 45'	19H15	LES MILLS RPM 45'
												LES MILLS BODYATTACK 45'
	20H	LES MILLS DANCE 45'	20H	Step 45'	20H	SMALL GROUP TRAINING 45'	20H	Pilates 45'				

- LES MILLS BODYBALANCE** ▶
- LES MILLS BODYCOMBAT** ▶
- LES MILLS BODYATTACK** ▶
- LES MILLS BODYPUMP** ▶
- LES MILLS BODYSTEP** ▶
- LES MILLS DANCE** ▶
- LES MILLS CORE** ▶
- LES MILLS RPM** ▶
- LES MILLS sprint** ▶
- LES MILLS THE TRIP** ▶

Les cours avec la mention «  », ont lieu dans l'espace WeBike. Le planning est amené à évoluer tous les 3 à 4 mois. Le club se réserve le droit de le modifier à tout moment.