



LU

MA

ME

JE

VE

SA

10

10:00 > 11:00
• Indoor Cycling Virtual
 10:15 > 11:15
• Do-In Yoga

10:00 > 11:00
• Indoor Cycling Virtual

09:00 > 10:15
• Yoga 09

11

10:30 > 11:30
• Kids Dance* [4-5] 10
• Indoor Cycling Live
• Capoeira [<6]

12

12:30 > 13:15
• Indoor Cycling Virtual

12:30 > 13:15
• Indoor Cycling Virtual

12:30 > 13:15
• Indoor Cycling Virtual

12:30 > 13:15
• Indoor Cycling Virtual

12:30 > 13:15
• Indoor Cycling Virtual

11:30 > 12:30
• Clipdance* [<6] 11
• Capoeira [Adultes]

13

13:30 > 14:30
• Pilates

13:45 > 14:45
• Cours de danse pour parkinsoniens

12

14

15

16

17

18

19

19:00 > 20:00
• Indoor Cycling Live**
• BBB
 19:30 > 20:15
• Martial Defence Control*
 [Enfants]

19:00 > 20:00
• Start to spin
• Burn Fat
• Jeet Kune Do

19:30 > 20:30
• BBB

19:00 > 20:00
• Indoor Cycling Live**
 19:15 > 20:15
• Beach Body

18:30 > 20:00
• Tai Chi Chuan
 18:45 > 19:45
• BBB & Pilates**

19:45 > 20:45
• Zumba Salsa**

09:30 > 10:30
• Indoor Cycling Live 09

10:30 > 11:30
• Beach Body 10

11:00 > 12:00
• Indoor Cycling Virtual 11

12

20

20:00 > 21:00
• Indoor Cycling Live
 20:15 > 21:15
• Martial Defence Control*
 [Adultes]

20:00 > 21:00
• Indoor Cycling Live
 20:00 > 20:30
• Special Abs
 20:30 > 21:30
• Body Power
• Filipino Eskrima

20:00 > 21:00
• Indoor Cycling Live

20:00 > 21:00
• Indoor Cycling Live
 20:30 > 21:45
• Yoga

20:00 > 21:00
• Indoor Cycling Virtual

HEURES D'OUVERTURE

LU	MA	ME	JE	VE	SA	DIM
7.30	7.30		7.30	7.30	8.30	8.30
		11.30			14.00	14.00
22.30	22.30	22.30	22.30	21.00		

Les cours en rouge sont inclus dans l'abonnement Cours de groupe. * Ce cours n'aura pas lieu pendant les vacances scolaires. **Ce cours n'aura pas lieu en juillet et août.

Sous réserve de modifications