



Horaires d'ouverture du club
DU LUNDI AU VENDREDI
 Ouvert de 9h00 à 21h00
SAMEDI
 Ouvert de 9h00 à 13h00
 Fermé le DIMANCHE

Planning 2016 - 2017

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
9h30/10h30 LES MILLS BODYSTEP	9h30/10h30 LES MILLS BODYVIVE	9h30/10h00 LES MILLS GRIT STRENGTH <small>30-MINUTE HIGH-INTENSITY INTERVAL TRAINING</small>	9h30/10h30 LES MILLS RPM	9h30/10h00 LES MILLS GRIT CARDIO <small>30-MINUTE HIGH-INTENSITY INTERVAL TRAINING</small>	9h30/10h30 LES MILLS RPM
10h30/11h30 LES MILLS BODYPUMP	10h30/11h30 LES MILLS BODYBALANCE	10h00/10h30 TRX	10h30/11h00 LES MILLS CXWORX	10h00/10h30 TRX	10h30/11h30 LES MILLS BODYATTACK
12h30/13h30 LES MILLS BODYATTACK	12h30/13h00 LES MILLS GRIT PLYO 13h00 TRX	12h30/13h30 LES MILLS BODYPUMP 12h30/13h00 LES MILLS sprint	12h30/13h30 LES MILLS BODYSTEP	12h30/13h00 LES MILLS sprint 13h00 LES MILLS CXWORX	11h30/12h00 LES MILLS BODYPUMP EXPRESS
14h00/15h00 LES MILLS BODYVIVE	14h00/15h00 LES MILLS BODYSTEP	14h30/15h15 CIRCUIT TRAINING	14h00/15h00 LES MILLS BODYPUMP	14h00/15h00 LES MILLS RPM	12h00/12h30 LES MILLS CXWORX
15h00/15h30 TRX	15h00/16h00 LES MILLS BODYPUMP	15h30/16h15 CIRCUIT TRAINING	15h00/16h00 LES MILLS BODYBALANCE	15h00/15h30 LES MILLS CXWORX	
17h30/18h00 LES MILLS GRIT CARDIO <small>30-MINUTE HIGH-INTENSITY INTERVAL TRAINING</small>	17h30/18h00 TRX				
18h00/18h30 LES MILLS CXWORX	18h00/19h00 LES MILLS BODYCOMBAT	18h00/18h45 LES MILLS SH'BAM	18h00/18h30 LES MILLS BODYPUMP EXPRESS 18h30 LES MILLS CXWORX	18h00/19h00 LES MILLS BODYSTEP	
18h30/19h30 LES MILLS BODYPUMP	19h00/20h00 LES MILLS BODYSTEP	18h30/19h30 LES MILLS RPM	19h00/20h00 LES MILLS BODYATTACK	19h00/19h30 LES MILLS GRIT STRENGTH <small>30-MINUTE HIGH-INTENSITY INTERVAL TRAINING</small>	
18h30/19h30 LES MILLS RPM	19h00/19h30 LES MILLS sprint	18h45/19h45 LES MILLS BODYVIVE	19h00/20h00 LES MILLS BODYATTACK		
19h30/20h15 LES MILLS SH'BAM	20h00/21h00 LES MILLS BODYPUMP	19h45/20h45 LES MILLS BODYBALANCE	20h00/20h30 TRX	19h30/20h30 LES MILLS BODYCOMBAT	

IMPORTANT
 De TOUJOURS porter votre bracelet de membre pour accéder à vos espaces bien-être, aquatiques et fitness.
 Serviettes, chaussures réservées à la salle et tenues de sport exigées.
 Activités aquatiques et bien-être disponibles à CITELIUM*.

La Direction se réserve le droit de modifier les horaires en fonction de la fréquentation des cours
 * voir conditions à l'accueil de votre centre