



# Cours collectifs Garden Fitness

à partir du

10 octobre 2021\*

Fitness

Bike

Aqua  
Fitness

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
<b>LES MILLS BODYPUMP</b> 9h30 - 10h30	<b>tone</b> 9h30 - 10h15	<b>LES MILLS CORE</b> 9h30 - 10h00	<b>LES MILLS BODYBALANCE</b> 9h30 - 10h30	<b>LES MILLS BODYPUMP</b> 9h30 - 10h30	
<b>STRETCHING</b> 10h45 - 11h30	<b>LES MILLS BODYBALANCE</b> 10h30 - 11h15		<b>LES MILLS SH'BAM</b> 10h45 - 11h30	<b>STRETCHING</b> 10h45 - 11h30	<b>LES MILLS CORE</b> 10h20 - 10h50
<b>tone</b> 12h30 - 13h15	<b>LES MILLS SH'BAM</b> 12h30 - 13h15	<b>LES MILLS BODYBALANCE</b> 12h30 - 13h15	<b>LES MILLS BODYPUMP</b> 12h30 - 13h15	<b>LES MILLS CORE</b> 12h30 - 13h00	
<b>tone</b> 15h00 - 15h45	<b>LES MILLS BODYBALANCE</b> 15h00 - 15h45		<b>LES MILLS BODYBALANCE</b> 15h00 - 15h45		
<b>LES MILLS BODYPUMP</b> 17h30 - 18h30	<b>LES MILLS CORE</b> 17h30 - 18h00	<b>LES MILLS CORE</b> 17h45 - 18h15	<b>tone</b> 17h30 - 18h15	<b>LES MILLS BODYPUMP</b> 17h30 - 18h30	
<b>LES MILLS BODYATTACK</b> 18h35 - 19h35	<b>LES MILLS GRIT CARDIO</b> 18h00 - 18h30	<b>LES MILLS GRIT STRENGTH</b> 18h15 - 18h45	<b>LES MILLS GRIT CARDIO</b> 18h15 - 18h45	<b>LES MILLS GRIT CARDIO</b> 18h30 - 19h00	
	<b>LES MILLS BODYPUMP</b> 18h40 - 19h40	<b>LES MILLS CORE</b> 18h45 - 19h15	<b>LES MILLS SH'BAM</b> 18h45 - 19h30		
<b>LES MILLS BODYBALANCE</b> 19h45 - 20h45	<b>LES MILLS BODYCOMBAT</b> 19h50 - 20h35	<b>LES MILLS BODYATTACK</b> 19h20 - 20h20	<b>LES MILLS BODYCOMBAT</b> 19h30 - 20h30	<b>LES MILLS BODYBALANCE</b> 19h15 - 20h15	

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
<b>LES MILLS RPM</b> 9h30 - 10h20	<b>LES MILLS THE TRIP</b> 9h30 - 10h20		<b>LES MILLS THE TRIP</b> 9h30 - 10h20	<b>LES MILLS RPM</b> 9h30 - 10h20	<b>LES MILLS RPM</b> 9h30 - 10h20
		<b>LES MILLS sprint</b> 10h15 - 10h45			<b>LES MILLS THE TRIP</b> 10h45 - 11h25
<b>LES MILLS THE TRIP</b> 12h30 - 13h20	<b>LES MILLS RPM</b> 12h30 - 13h20	<b>LES MILLS THE TRIP</b> 12h30 - 13h20	<b>LES MILLS RPM</b> 12h30 - 13h20	<b>LES MILLS sprint vidéo</b> 12h30 - 13h00	
	<b>LES MILLS THE TRIP</b> 17h15 - 18h05			<b>LES MILLS THE TRIP</b> 17h45 - 18h35	<b>Dimanche</b> <b>LES MILLS THE TRIP</b> 10h30 - 11h15
<b>LES MILLS sprint</b> 18h00 - 18h30	<b>LES MILLS RPM</b> 18h40 - 19h30		<b>LES MILLS sprint</b> 18h30 - 19h00		
<b>LES MILLS RPM</b> 18h45 - 19h35		<b>LES MILLS RPM</b> 18h45 - 19h35	<b>LES MILLS RPM</b> 19h20 - 20h10	en option Cours vidéo THE TRIP à la demande	

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
<b>Aqua TONE</b> 9h00 - 9h45	<b>Aqua SCULPT</b> 9h00 - 9h45	<b>Aqua VELO</b> 9h00 - 9h50	<b>Aqua AERO</b> 9h00 - 9h45	<b>Aqua TONE</b> 9h00 - 9h45	<b>Aqua TONE</b> 9h10 - 9h55
<b>Aqua SCULPT</b> 11h00 - 11h45	<b>Aqua TONE</b> 10h00 - 10h45	<b>école de natation</b>	<b>Aqua TONE</b> 10h00 - 10h45	<b>Aqua SCULPT</b> 11h00 - 11h45	<b>Aqua VELO</b> 10h10 - 10h55
<b>Aqua AERO</b> 12h40 - 13h20	<b>Aqua SCULPT</b> 12h40 - 13h20	10h00 - 12h00	<b>Aqua TONE</b> 12h40 - 13h20	<b>Aqua VELO</b> 12h30 - 13h15	
<b>Aqua TONE</b> 16h00 - 16h45	<b>Aqua TONE</b> 16h00 - 16h45	<b>école de natation</b> 4/7 ans	<b>Aqua TONE</b> 16h00 - 16h45	<b>Aqua TONE</b> 16h00 - 16h45	
<b>Aqua SCULPT</b> 18h00 - 18h45	<b>Aqua AERO</b> 18h00 - 18h45	13h00 - 17h40	<b>Aqua AERO</b> 18h00 - 18h45	<b>Aqua TONE</b> 18h00 - 18h45	
<b>Aqua TONE</b> 18h45 - 19h30	<b>Aqua VELO</b> 18h55 - 19h45	<b>Aqua TONE</b> 18h00 - 18h45	<b>Aqua SCULPT</b> 18h45 - 19h30		
<b>Aqua VELO</b> 19h40 - 20h25	<b>Aqua TONE</b> 19h50 - 20h35	<b>Aqua TONE</b> 18h45 - 19h30	<b>Aqua VELO</b> 19h40 - 20h25		

\*Planning prévisionnel sous réserve de modifications conjoncturelles