

PLANNING 2025

À partir du lundi 15 décembre au dimanche 21 décembre inclus

LUNDI

YOGA VINYASA
7H30

AQUA FITNESS*
8H

PILATES
10H30

STRETCHING
11H30

CARDIO RENFO
12H30

RENFO
18H30

ZUMBA
19H30

MARDI

AQUA FITNESS*
12H30

BIKE
18H30

POLE DANCE*
19H40

MERCREDI

CARDIO RENFO
8H

STRETCHING
9H

GYM BALLON
12H30

PILATES
17H30

ZUMBA
19H30

AQUA FITNESS*
20H

JEUDI

AQUA FITNESS*
8H

CARDIO RENFO
9H30

PILATES
12H30

YOGA
17H00

POLE DANCE*
19H15

POLE DANCE*
20H15

VENDREDI

CUISSES ABDOS FESSIERS 45'
8H30

STRETCHING 45'
9H15

AQUA FITNESS*
12H30

YOGA HATHA
13H30

SAMEDI

CARDIO RENFO
10H30

DIMANCHE

CARDIO RENFO
10H30

YOGA 90'
11H45

Tous les cours sont accessibles sans réservation
et durent 55 minutes, sauf indication contraire
*Cours accessible avec abonnement
supplémentaire