

PLANNING 2026

À partir du lundi 29 juin au dimanche 30 août inclus

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
YOGA VINYASA 7H30						
AQUA FITNESS* 8H	EVEIL TONIQUE 8H	CARDIO RENFO 8H		CUISSES ABDOS FESSIERS 45' 8H30		BIKE 9H15
		STRETCHING 9H	CARDIO RENFO 9H30	STRETCHING 45' 9H15	CARDIO RENFO 10H30	CARDIO RENFO 10H30
PILATES 10H30						YOGA 90 MIN 11H45
CARDIO RENFO 12H30	AQUA FITNESS* 12H30	GYM BALLON 12H30	PILATES 12H30	AQUA FITNESS* 12H40		
				HATHA YOGA 13H30		
	PILATES 15H30	MUSCULATION DOUCE 15H				
			YOGA 17H			
RENFO 18H30	STRETCHING 18H30					
	POLE DANCE* 19H40	ZUMBA 19H30	POLE DANCE* 19H15			
		AQUA FITNESS* 20H				

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