

# PLANNING AQUA

## PLANNING DES COURS COLLECTIFS

**ESPACE FORME**  
*la performance par plaisir*

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
9H30 - 10H30					10H - 11H AQUABIKE Spécial Nanas		AQUALIBRE
10H30 - 11H30	11H - 12H AQUABIKE	AQUATONIC					AQUALIBRE
12H30 - 13H30							
17H30 - 18H30				17h15 - 18h15 AQUABIKE	AQUABIKE		
18H30 - 19H30	AQUABIKE	AQUABIKE					
19H30 - 20H30			AQUABIKE				



# PLANNING COURS

## PLANNING DES COURS COLLECTIFS

**ESPACE  
FORME**

		LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMEDI	DIMANCHE
9H15	SALLE	 <b>LES MILLS BODYATTACK</b>	 <b>COMBAT FITNESS</b>		 <b>LES MILLS SH'BAM</b>	 <b>FITNESS PILATES</b>	<b>CIRCUIT CX</b>	 <b>LES MILLS BODYATTACK</b>
10H15	BAS		10H15 10H45 <b>CX ABDOS</b>		<b>BODY ACTIVE</b>		<b>BODY ZEN</b>	9H30 10H30 <b>PUMP</b>
10H15	SALLE							
11H15	BAS							
10H30	SALLE	 <b>CYCLING RPM</b>						
11H00	HAUT							
18H30	SALLE	 <b>LES MILLS BODYATTACK</b>	 <b>LES MILLS SH'BAM</b>	 <b>ZUMBA</b>	<b>STEP DEBUTANT</b>	 <b>18H15 19H15 PUMP</b>		
19H30	BAS			 <b>CYCLING RPM</b>				
18H30	SALLE	 <b>18H00 18H45 CYCLING RPM</b>						
19H30	HAUT		 <b>FITNESS PILATES</b>	 <b>COMBAT FITNESS</b>	 <b>LES MILLS BODYATTACK</b>	 <b>COMBAT FITNESS</b>		
19H30	SALLE	 <b>PUMP</b>				 <b>CYCLING RPM</b>		
20H30	BAS							
19H30	SALLE							
20H30	HAUT							

