



GRILLE 1 : du 1^{er} au 5 juillet 2024

| LUNDI 01.07.24 | MARDI 02.07.24 | MERCREDI 03.07.24 | JEUDI 04.07.24 | VENDREDI 05.07.24 |
|---|-------------------------------------|---------------------------------|---|--|
| SPIN-FORCE 09H30– 10h30 | CAF 09h30 – 10h30 | CARDIO 09h30 – 10h30 | PILATES 09h30 – 10h30 | CROSS-TRAINING 09h30 – 10h30 |
| CARDIO 18h15 – 19h15 | SPINNING 18h15 – 19h15 | ZUMBA 18h00 – 19h00 | FIGHT 18h15 – 19h15 | |
| FUNCT. TRAINING 18h30 – 19h30 | | | FUNCT. TRAINING 18h30 – 19h30 | |
| | BODY SCULPT 19h15 – 20h15 | PILATES 19h15 – 20h15 | SPINNING 19h30 – 20h30 | |

ATTENTION : VEUILLEZ VOUS INSCRIRE POUR LES COURS DURANT LA PERIODE ESTIVALE !

COURS SUPPRIMES DU 15 JUILLET 2024 AU 11 AOÛT 2024.

Les cours sur écran sont toujours disponibles durant cette période !

**HORAIRE DES COURS – PERIODE ESTIVALE (hors vacances)
dès le lundi 1er juillet 2024 au dimanche 1er septembre 2024
(reprise horaire normal : lundi 2 septembre 2024)**



GRILLE 2 : du 8 au 12 juillet 2024

| LUNDI 08.07.24 | MARDI 09.07.24 | MERCREDI 10.07.24 | JEUDI 11.07.24 | VENDREDI 12.07.24 |
|---------------------------------------|---|---------------------------------------|---|-------------------|
| | | CARDIO 09h30 – 10h30 | | |
| CARDIO 18h15 – 19h15 | SPINNING 18h15 – 19h15 | ZUMBA 18h00 – 19h00 | | |
| | | | SPINNING 19h30 – 20h30 | |

ATTENTION : VEUILLEZ VOUS INSCRIRE POUR LES COURS DURANT LA PERIODE ESTIVALE !

COURS SUPPRIMES DU 15 JUILLET 2024 AU 11 AOÛT 2024.

Les cours sur écran sont toujours disponibles durant cette période !

**HORAIRE DES COURS – PERIODE ESTIVALE (hors vacances)
dès le lundi 1er juillet 2024 au dimanche 1er septembre 2024
(reprise horaire normal : lundi 2 septembre 2024)**



GRILLE 3 : du 12 au 31 août 2024

| LUNDI | MARDI | MERCREDI | JEUDI | VENREDI |
|--|--|--|--|---|
| SPIN-FORCE 09H30– 10h30 | CAF 09h30 – 10h30 | | PILATES 09h30 – 10h30 | CROSS-TRAINING 09h30 – 10h30 |
| | SPINNING 18h15 – 19h15 | ZUMBA 18h00 – 19h00 | FIGHT 18h15 – 19h15 | |
| FUNCT. TRAINING 18h30 – 19h30 | | | FUNCT. TRAINING 18h30 – 19h30 | |
| | BODY SCULPT 19h15 – 20h15 | PILATES 19h15 – 20h15 | SPINNING 19h30 – 20h30 | |

ATTENTION : VEUILLEZ VOUS INSCRIRE POUR LES COURS DURANT LA PERIODE ESTIVALE !

COURS SUPPRIMES DU 15 JUILLET 2024 AU 11 AOÛT 2024.

Les cours sur écran sont toujours disponibles durant cette période !

**HORAIRE DES COURS – PERIODE ESTIVALE (hors vacances)
dès le lundi 1er juillet 2024 au dimanche 1er septembre 2024
(reprise horaire normal : lundi 2 septembre 2024)**