

# Fitness

Lundi

10h15 <sup>(45)</sup>

blueball

12h30 <sup>(45)</sup>

caf

17h15 <sup>(45)</sup>

LES MILLS  
RPM

18h15 <sup>(45)</sup>

LES MILLS  
BODYPUMP

19h15 <sup>(45)</sup>

LES MILLS  
SH'BAM

20h00 <sup>(45)</sup>

stretching

Mardi

10h15 <sup>(45)</sup>

LES MILLS  
RPM

12h30 <sup>(45)</sup>

LES MILLS  
BODYPUMP

17h15 <sup>(45)</sup>

circ. training

18h15 <sup>(45)</sup>

bodysculpt

19h15 <sup>(45)</sup>

step

20h00 <sup>(45)</sup>

yoga

Mercredi

10h15 <sup>(45)</sup>

stretching

12h30 <sup>(45)</sup>

blueball

17h15 <sup>(45)</sup>

bodysculpt

18h15 <sup>(45)</sup>

caf

19h15 <sup>(45)</sup>

LES MILLS  
RPM

20h00 <sup>(45)</sup>

stretching

Jeudi

10h15 <sup>(45)</sup>

circ. training

12h30 <sup>(45)</sup>

LES MILLS  
RPM

17h15 <sup>(45)</sup>

LES MILLS  
BODYPUMP

18h15 <sup>(45)</sup>

LES MILLS  
SH'BAM

19h15 <sup>(45)</sup>

caf

20h00 <sup>(45)</sup>

yoga

Vendredi

10h15 <sup>(45)</sup>

caf

12h30 <sup>(45)</sup>

bodysculpt

17h15 <sup>(45)</sup>

circ. training

18h15 <sup>(45)</sup>

step

19h15 <sup>(45)</sup>

LES MILLS  
RPM

Samedi

09h15 <sup>(45)</sup>

LES MILLS  
BODYPUMP

10h15 <sup>(45)</sup>

caf

11h15 <sup>(45)</sup>

stretching

Dimanche

**LEMERUDE**

COMPLEXE AQUATIQUE, BIEN-ÊTRE & FORME

intensités

COOL TONIC BOOST XTREM

activités Premium  
sur réservation  
au ☎ 03 27 57 87 53