

Fitness

Lundi

10h15 ⁽⁴⁵⁾

blueball

12h30 ⁽⁴⁵⁾

caf

17h15 ⁽⁴⁵⁾

crosstraining

18h15 ⁽⁴⁵⁾

LES MILLS
BODYPUMP

19h15 ⁽⁴⁵⁾

step

Mardi

10h15 ⁽⁴⁵⁾

LES MILLS
RPM

12h30 ⁽⁴⁵⁾

LES MILLS
BODYPUMP

17h15 ⁽⁴⁵⁾

circuit training

18h15 ⁽⁴⁵⁾

body sculpt

19h15 ⁽⁴⁵⁾

LES MILLS
SH'BAM

Mercredi

10h15 ⁽⁴⁵⁾

hiit

12h30 ⁽⁴⁵⁾

LES MILLS
SH'BAM

17h15 ⁽⁴⁵⁾

body sculpt

18h15 ⁽⁴⁵⁾

caf

19h15 ⁽⁴⁵⁾

crosstraining

Jeudi

10h15 ⁽⁴⁵⁾

stretching

12h30 ⁽⁴⁵⁾

LES MILLS
RPM

17h15 ⁽⁴⁵⁾

LES MILLS
BODYPUMP

18h15 ⁽⁴⁵⁾

LES MILLS
SH'BAM

19h15 ⁽⁴⁵⁾

caf

Vendredi

10h15 ⁽⁴⁵⁾

caf

12h30 ⁽⁴⁵⁾

body sculpt

17h15 ⁽⁴⁵⁾

hiit

18h15 ⁽⁴⁵⁾

step

19h15 ⁽⁴⁵⁾

crosstraining

Samedi

09h15 ⁽⁴⁵⁾

LES MILLS
BODYPUMP

10h15 ⁽⁴⁵⁾

caf

11h15 ⁽⁴⁵⁾

yoga

Dimanche

planning FITNESS janvier 2019

Document non-contractuel, la direction se réserve la possibilité de changer les horaires en fonction des impératifs de fonctionnement. Merci de votre compréhension :)

LEMERUDE

COMPLEXE AQUATIQUE, BIEN-ÊTRE & FORME

intensités

COOL TONIC BOOST XTREM

activités Premium
sur réservation
au ☎ 03 27 57 87 53