



PLANNING ÉTÉ 2017

— À PARTIR DU 3 JUILLET —

STUDIO VERT

🕒 = LESMILLS CINEMA : COURS VIDÉOS

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMEDI	DIMANCHE
9H30	LES MILLS BODYPUMP	LES MILLS BODYVIVE	GYM	LES MILLS BODYBALANCE	CAF	LES MILLS BODYPUMP	
10H00							LES MILLS BODYPUMP
11H15							LES MILLS BODYCOMBAT 🕒
12H30	CAF	LES MILLS BODYPUMP	LES MILLS CXWORX	LES MILLS GRIT STRENGTH	LES MILLS BODYBALANCE	TOTAL GYM	LES MILLS BODYBALANCE
13H30						LES MILLS BODYCOMBAT 🕒	LES MILLS CXWORX 🕒
14H30	LES MILLS BODYBALANCE 🕒	LES MILLS CXWORX 🕒	LES MILLS BODYPUMP 🕒	LES MILLS BODYCOMBAT 🕒	LES MILLS BODYPUMP 🕒	LES MILLS BODYBALANCE 🕒	LES MILLS BODYPUMP 🕒
16H00	LES MILLS CXWORX 🕒	LES MILLS BODYBALANCE 🕒	LES MILLS BODYCOMBAT 🕒	LES MILLS BODYPUMP 🕒	LES MILLS CXWORX 🕒	LES MILLS SH'BAM 🕒	LES MILLS BODYBALANCE 🕒
17H30	LES MILLS GRIT PLYO		LES MILLS GRIT STRENGTH				
18H30	CAF	LES MILLS BODYPUMP	LES MILLS BODYSTEP	CAF	LES MILLS BODYPUMP		
19H30	LES MILLS BODYPUMP	LES MILLS BODYCOMBAT	LES MILLS BODYPUMP	LES MILLS BODYATTACK	LES MILLS BODYBALANCE		
20H30	LES MILLS SH'BAM		LES MILLS GRIT CARDIO	LES MILLS BODYPUMP			

STUDIO BLANC

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	SAMEDI
10H30	LES MILLS BODYBALANCE	STRETCH		STRETCH	
12H30				LES MILLS BODYVIVE	
13H30					YOGA
18H00	LES MILLS BODYBALANCE	LES MILLS BODYVIVE	CAF	LES MILLS CXWORX	
19H00	LES MILLS BODYATTACK	LES MILLS CXWORX	LES MILLS BODYBALANCE	LES MILLS BODYCOMBAT	
20H00	YOGA				

STUDIO BLEU

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
10H30			LES MILLS RPM				
10H45						LES MILLS RPM	
11H15							LES MILLS RPM
12H30		LES MILLS sprint RPM			LES MILLS RPM		
17H30		LES MILLS RPM		LES MILLS sprint			
18H30	LES MILLS RPM			LES MILLS RPM			
19H30			LES MILLS RPM		LES MILLS RPM		
20H30	LES MILLS sprint						

STUDIO BLEU

🕒 = LES MILLS CINEMA - COURS VIDÉOS

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
8H15		LES MILLS RPM 🕒	LES MILLS RPM 🕒	LES MILLS RPM 🕒	LES MILLS RPM 🕒		
11H30	LES MILLS RPM 🕒	LES MILLS RPM 🕒	LES MILLS RPM 🕒	LES MILLS RPM 🕒	LES MILLS RPM 🕒		
12H30						LES MILLS RPM 🕒	
13H30	LES MILLS RPM 🕒	LES MILLS RPM 🕒	LES MILLS RPM 🕒	LES MILLS RPM 🕒	LES MILLS RPM 🕒	LES MILLS RPM 🕒	LES MILLS RPM 🕒
14H30	LES MILLS RPM 🕒	LES MILLS RPM 🕒	LES MILLS RPM 🕒	LES MILLS RPM 🕒	LES MILLS RPM 🕒	LES MILLS RPM 🕒	LES MILLS RPM 🕒
15H30	LES MILLS RPM 🕒	LES MILLS RPM 🕒	LES MILLS RPM 🕒	LES MILLS RPM 🕒	LES MILLS RPM 🕒	LES MILLS RPM 🕒	LES MILLS RPM 🕒
16H30	LES MILLS RPM 🕒		LES MILLS RPM 🕒		LES MILLS RPM 🕒	LES MILLS RPM 🕒	LES MILLS RPM 🕒
17H45						LES MILLS RPM 🕒	LES MILLS RPM 🕒
20H30		LES MILLS RPM 🕒	LES MILLS RPM 🕒	LES MILLS RPM 🕒	LES MILLS RPM 🕒		

STUDIO AQUA

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
8H15	NAGE LIBRE	NAGE LIBRE	NAGE LIBRE	NAGE LIBRE	NAGE LIBRE		
9H15	AQUABIKE	AQUADYNAMIC	AQUABIKE	AQUASTEP	AQUATRaining	AQUADYNAMIC	NAGE LIBRE
10H15	AQUADYNAMIC	AQUASTRETCH	AQUATONUS	AQUABODYBIKE	AQUAGYM	AQUATRaining	AQUABIKE
11H15	CONTROLE HYGIÈNE PISCINE NON-ACCESSIBLE 1H	CONTROLE HYGIÈNE PISCINE NON-ACCESSIBLE 1H	CONTROLE HYGIÈNE PISCINE NON-ACCESSIBLE 1H	CONTROLE HYGIÈNE PISCINE NON-ACCESSIBLE 1H	CONTROLE HYGIÈNE PISCINE NON-ACCESSIBLE 1H	NAGE LIBRE PARENT - ENFANT	AQUAGYM
12H30	AQUABIKE	AQUAWORK	AQUADYNAMIC	AQUATONUS	AQUABODYBIKE	AQUABODYBIKE	AQUAWORK
14H30	NAGE LIBRE	NAGE LIBRE	NAGE LIBRE PARENT - ENFANT	NAGE LIBRE	NAGE LIBRE	CONTROLE HYGIÈNE PISCINE NON-ACCESSIBLE 1H	CONTROLE HYGIÈNE PISCINE NON-ACCESSIBLE 1H
15H30	NAGE LIBRE	NAGE LIBRE	NAGE LIBRE	NAGE LIBRE	NAGE LIBRE	NAGE LIBRE	NAGE LIBRE
16H30	CONTROLE HYGIÈNE PISCINE NON-ACCESSIBLE 1H	CONTROLE HYGIÈNE PISCINE NON-ACCESSIBLE 1H	CONTROLE HYGIÈNE PISCINE NON-ACCESSIBLE 1H	CONTROLE HYGIÈNE PISCINE NON-ACCESSIBLE 1H	CONTROLE HYGIÈNE PISCINE NON-ACCESSIBLE 1H	NAGE LIBRE	NAGE LIBRE
17H30	NAGE LIBRE	NAGE LIBRE	AQUABIKE	NAGE LIBRE	AQUABIKE	NAGE LIBRE FERMETURE 17H50	NAGE LIBRE FERMETURE 17H50
18H30	AQUABODYBIKE	AQUACOMBAT	AQUADYNAMIC	AQUABIKE	NAGE LIBRE		
19H30	AQUATONUS	AQUABODYBIKE	NAGE LIBRE	AQUAWORK	NAGE LIBRE FERMETURE 20H30		
20H30	NAGE LIBRE FERMETURE 22H00	NAGE LIBRE FERMETURE 22H00	NAGE LIBRE FERMETURE 22H00	NAGE LIBRE FERMETURE 22H00			