



PLANNING COURS COLLECTIFS

A PARTIR DU 9 JUIN 2021

STUDIOVERT

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMEDI	DIMANCHE
9H30	LES MILLS BODYPUMP 45	évaé CAF 45	évaé TOTALGYM 45	LES MILLS BODYBALANCE 55	évaé CAF 45		
10H00						LES MILLS BODYPUMP 55	LES MILLS BODYPUMP 55
10H45	LES MILLS BODYBALANCE 55	évaé STRETCH 45			évaé STRETCH 45		
12H30	évaé CAF 45	LES MILLS BODYPUMP 45	LES MILLS CORE 30	LES MILLS GRIT STRENGTH 30	LES MILLS BODYBALANCE 45	évaé TOTALGYM 45	LES MILLS BODYBALANCE 55
17H15	LES MILLS CORE 30	LES MILLS GRIT STRENGTH 30	LES MILLS GRIT ATHLETIC 30	LES MILLS GRIT CARDIO 30	LES MILLS GRIT CARDIO 30		
18H15	LES MILLS BODYATTACK 45	LES MILLS BODYPUMP 45	évaé MOBILITY FLOW	ZUMBA 45	LES MILLS BODYPUMP 45		
19H30	LES MILLS BODYPUMP 45	LES MILLS BODYBALANCE 45	LES MILLS BODYPUMP 45	LES MILLS BODYATTACK 45	LES MILLS BODYBALANCE 55		
20H45	LES MILLS BODYJAM 55	LES MILLS BODYCOMBAT 55	LES MILLS GRIT CARDIO 30	LES MILLS BODYPUMP 55			

STUDIOVERT

🕒 LES MILLS CINEMA : COURS VIDÉOS

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMEDI	DIMANCHE
11H15			LES MILLS BODYBALANCE 🕒	LES MILLS CORE 🕒			
13H30						LES MILLS BODYCOMBAT 🕒	LES MILLS BODYPUMP 🕒
14H30	LES MILLS CORE 🕒	LES MILLS BODYCOMBAT 🕒	LES MILLS BODYPUMP 🕒	LES MILLS BODYPUMP 🕒	LES MILLS BODYCOMBAT 🕒	LES MILLS BODYPUMP 🕒	LES MILLS CORE 🕒
15H30	LES MILLS BODYBALANCE 🕒	LES MILLS CORE 🕒	LES MILLS BODYCOMBAT 🕒	LES MILLS BODYBALANCE 🕒	LES MILLS CORE 🕒	LES MILLS CORE 🕒	LES MILLS BODYCOMBAT 🕒
16H30						LES MILLS BODYBALANCE 🕒	LES MILLS BODYBALANCE 🕒
17H30						LES MILLS CORE 🕒	LES MILLS CORE 🕒

STUDIO BLANC

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI
12H30	LES MILLS GRIT CARDIO 30			évaé TOTALGYM 45
18H00				LES MILLS CORE 30
19H00			LES MILLS BODYJAM 60	LES MILLS BODYCOMBAT 60
19H15	évaé CAF 45	LES MILLS CORE 30		
20H30			évaé YOGA 60	

STUDIO BLEU

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
10H30			LES MILLS RPM 45'				
11H15						LES MILLS RPM 45'	LES MILLS RPM 45'
12H30		LES MILLS sprint 30'			LES MILLS RPM 45'		
18H15				LES MILLS RPM 45'			
19H15	LES MILLS RPM 45'	LES MILLS RPM 45'	LES MILLS RPM 45'		LES MILLS sprint 30'		
20H30		LES MILLS sprint 30'					

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 🕒		
9H15						LES MILLS RPM 🕒	LES MILLS RPM 🕒
11H30	LES MILLS RPM 🕒	LES MILLS RPM 🕒		LES MILLS RPM 🕒			
12H30	LES MILLS RPM 🕒		LES MILLS RPM 🕒	LES MILLS RPM 🕒		LES MILLS RPM 🕒	LES MILLS RPM 🕒
13H30	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 🕒	LES MILLS RPM 🕒
17H30						LES MILLS RPM 🕒	LES MILLS RPM 🕒
20H30	LES MILLS RPM 🕒			LES MILLS RPM 🕒			

STUDIO AQUA

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
9H15	AQUA BODYBIKE	AQUA DYNAMIC	AQUA BIKE	AQUA WORK	AQUA TRAINING	AQUA GYM	AQUA WORK
10H30	AQUA DYNAMIC	AQUA STRETCH	AQUA TONUS	AQUA BODYBIKE	AQUA GYM	AQUA BODYBIKE	AQUA BIKE
11H15	NAGE LIBRE	NAGE LIBRE	NAGE LIBRE PARENT - ENFANT	NAGE LIBRE	NAGE LIBRE	NAGE LIBRE PARENT - ENFANT	NAGE LIBRE
12H30	AQUA BIKE	AQUA WORK	AQUA DYNAMIC	AQUA TONUS	AQUA BODYBIKE	NAGE LIBRE PARENT - ENFANT	NAGE LIBRE
13H30	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	NAGE LIBRE
14H45	NAGE LIBRE	AQUA BIKE	NAGE LIBRE PARENT - ENFANT	NAGE LIBRE	NAGE LIBRE	FERMETURE 14H45	FERMETURE 14H45
15H30	NAGE LIBRE	NAGE LIBRE	NAGE LIBRE PARENT - ENFANT	NAGE LIBRE	NAGE LIBRE	HORAIRE PISCINE : LUNDI : 9H15 - 21H45 MARDI AU JEUDI : 9H15 - 20H45 VENDREDI : 9H15 - 19H45 SAMEDI : 9H15 - 14H45 DIMANCHE : 9H15 - 14H45	
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		
18H00	AQUA GYM	AQUA WORK	AQUA BODYBIKE	AQUA DYNAMIC	AQUA BIKE		
19H15	AQUA BODYBIKE	AQUA COMBAT	AQUA DYNAMIC	AQUA BODYBIKE	NAGE LIBRE		
20H00	NAGE LIBRE	NAGE LIBRE	NAGE LIBRE	NAGE LIBRE	FERMETURE 19H45		
20H45	FERMETURE 21H45	FERMETURE 20H45	FERMETURE 20H45	FERMETURE 20H45			

STUDIO TEAM TRAINING

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
10H45				HBXBOXING	
12H30			HBXBOXING		
18H00	HBX MOVE	HBX MOVE	HBXBOXING		HBXBOXING
20H30	HBXBOXING			HBXBOXING	