



PLANNING COURS COLLECTIFS

A PARTIR DU 11 SEPTEMBRE

STUDIOVERT

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMEDI	DIMANCHE
9H15	LES MILLS BODYPUMP 45	évaé CAF 45	évaé TOTALGYM 45	LES MILLS BODYBALANCE 45	évaé CAF 45		
9H45						LES MILLS BODYPUMP 55	LES MILLS BODYPUMP 55
10H15	LES MILLS BODYBALANCE 55	évaé STRETCH 45			évaé STRETCH 45		
12H30	LES MILLS GRIT CARDIO 30	LES MILLS BODYPUMP 45	LES MILLS CORE 45	LES MILLS GRIT STRENGTH 30	LES MILLS BODYBALANCE 45	LES MILLS GRIT 30	LES MILLS BODYBALANCE 55
17H45		LES MILLS GRIT STRENGTH 30	LES MILLS GRIT ATHLETIC 30		LES MILLS GRIT CARDIO 30		
18H30	LES MILLS BODYATTACK 45	LES MILLS BODYPUMP 45	LES MILLS BODYATTACK 45	évaé DANCE'N'FUN 45	LES MILLS BODYPUMP 45		
19H30	LES MILLS BODYPUMP 55	LES MILLS BODYCOMBAT 55	LES MILLS BODYPUMP 55	LES MILLS BODYCOMBAT 55	LES MILLS BODYBALANCE 55		

STUDIOVERT

🕒 = LES MILLS CINEMA : COURS VIDÉOS

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMEDI	DIMANCHE
10H15			LES MILLS BODYPUMP 🕒				
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 🕒

STUDIOBLANC

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI
12H30	évaé CAF 45		évaé DANCE'N'FUN 45	évaé TOTALGYM 45
17H45				LES MILLS CORE 30
18H30	évaé CAF 45			
19H30		évaé TOTALGYM 45	LES MILLS BODYJAM 55	évaé YOGA 45
20H30			LES MILLS GRIT CARDIO 30	

STUDIOBLEU

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
10H15			LES MILLS RPM 45				
11H00						LES MILLS RPM 45	LES MILLS RPM 45
12H30		LES MILLS sprint 30'			LES MILLS RPM 45		
17H45	LES MILLS sprint 30'						
18H30		LES MILLS RPM 45	LES MILLS RPM 45	LES MILLS RPM 45			
19H30	LES MILLS RPM 45				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 🕒	LES MILLS RPM 🕒
21H00	LES MILLS RPM 🕒		LES MILLS RPM 🕒	LES MILLS RPM 🕒			

STUDIOAQUA

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
9H15	AQUABODYBIKE	AQUADYNAMIC	AQUABIKE	AQUAWORK	AQUATRaining	AQUAGYM	AQUAWORK
10H15	AQUADYNAMIC	AQUASTRETCH	AQUATONUS	AQUABIKE	AQUAGYM	AQUABODYBIKE	AQUABIKE
11H15	NAGE LIBRE	NAGE LIBRE	NAGE LIBRE PARENT - ENFANT	NAGE LIBRE	NAGE LIBRE	AQUATRaining	NAGE LIBRE PARENT - ENFANT
12H30	AQUABIKE	AQUAWORK	AQUADYNAMIC	AQUATRaining	AQUABODYBIKE	NAGE LIBRE	NAGE LIBRE PARENT - ENFANT
13H30	CONTROLE HYGIÈNE PISCINE NON ACCESSIBLE JUSQU'À 18H	CONTROLE HYGIÈNE PISCINE NON ACCESSIBLE JUSQU'À 18H	CONTROLE HYGIÈNE PISCINE NON ACCESSIBLE JUSQU'À 18H	CONTROLE HYGIÈNE PISCINE NON ACCESSIBLE JUSQU'À 18H	CONTROLE HYGIÈNE PISCINE NON ACCESSIBLE JUSQU'À 18H	NAGE LIBRE PARENT - ENFANT	FERMETURE 13H00
14H45	NAGE LIBRE	NAGE LIBRE	NAGE LIBRE PARENT - ENFANT	NAGE LIBRE	NAGE LIBRE	FERMETURE 14H45	
15H30	NAGE LIBRE	NAGE LIBRE	NAGE LIBRE PARENT - ENFANT	NAGE LIBRE	NAGE LIBRE	HORAIRES PISCINE : LUNDI : 9H15 - 21H00 MARDI AU JEUDI : 9H15 - 21H00 VENDREDI : 9H15 - 20H00 SAMEDI : 9H15 - 14H45 DIMANCHE : 9H15 - 13H00	
16H30	CONTROLE HYGIÈNE PISCINE NON ACCESSIBLE JUSQU'À 18H	CONTROLE HYGIÈNE PISCINE NON ACCESSIBLE JUSQU'À 18H	CONTROLE HYGIÈNE PISCINE NON ACCESSIBLE JUSQU'À 18H	CONTROLE HYGIÈNE PISCINE NON ACCESSIBLE JUSQU'À 18H	CONTROLE HYGIÈNE PISCINE NON ACCESSIBLE JUSQU'À 18H		
18H30	AQUAGYM	AQUAWORK	AQUATRaining	AQUABODYBIKE	NAGE LIBRE		
19H30	AQUABODYBIKE	AQUACOMBAT	AQUABODYBIKE	AQUATRaining	NAGE LIBRE		
20H15	NAGE LIBRE	NAGE LIBRE	NAGE LIBRE	NAGE LIBRE	FERMETURE 20H00		
21H00	FERMETURE 21H00	FERMETURE 21H00	FERMETURE 21H00	FERMETURE 21H00			

STUDIO ROUGE

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	VENDREDI
12H30			HBX BOXING	
17H45		HBX BOXING	HBX BOXING	HBX MOVE
18H30				HBX BOXING
20H30	HBX BOXING			