



PLANNING COURS COLLECTIFS

A PARTIR DU 09 DÉCEMBRE

STUDIOVERT

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMEDI	DIMANCHE
9H15	LES MILLS BODYPUMP 45	CAF 45	TOTALGYM 45	LES MILLS BODYPUMP 45	CAF 45		
9H45						LES MILLS BODYPUMP 55	LES MILLS BODYPUMP 55
10H15	LES MILLS BODYBALANCE 55	PILATES 45	STRETCH 45	LES MILLS BODYBALANCE 55	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 BODYBALANCE 55
17H45	CAF 45	LES MILLS GRIT STRENGTH 30	LES MILLS GRIT ATHLETIC 30	LES MILLS CORE 30	LES MILLS GRIT CARDIO 30		
18H30	LES MILLS BODYATTACK 45	LES MILLS BODYPUMP 45	LES MILLS BODYATTACK 45	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		
20H30			LES MILLS DANCE 45				

STUDIOVERT

📺 = LES MILLS CINEMA : COURS VIDEOS

	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 📺

STUDIO ROUGE

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

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 RPM 45			LES MILLS RPM 45	LES MILLS RPM 45		
17H45	LES MILLS sprint 30				LES MILLS RPM 45		
18H30	LES MILLS RPM 45	LES MILLS RPM 45	LES MILLS RPM 45	LES MILLS sprint 30			
19H30		LES MILLS RPM 45					

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	AQUAFITBIKE	AQUADYNAMIC	AQUABIKE	AQUAWORK	AQUATRaining	AQUAGYM	AQUAWORK	
10H15	AQUADYNAMIC	AQUASTRETCH	AQUATONUS	AQUADYNAMIC	AQUAGYM	AQUAFITBIKE	AQUABIKE	
11H15	NAGE LIBRE	NAGE LIBRE	NAGE LIBRE PARENT - ENFANT	NAGE LIBRE	NAGE LIBRE	AQUATRaining	NAGE LIBRE PARENT - ENFANT	
12H30	AQUABIKE	AQUAWORK	AQUADYNAMIC	AQUATRaining	AQUAHIIT 30	NAGE LIBRE	NAGE LIBRE PARENT - ENFANT	
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	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	HORAIRE 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 18H15	CONTROLE HYGIÈNE PISCINE NON-ACCESSIBLE JUSQU'À 18H15	CONTROLE HYGIÈNE PISCINE NON-ACCESSIBLE JUSQU'À 18H15	CONTROLE HYGIÈNE PISCINE NON-ACCESSIBLE JUSQU'À 18H15	CONTROLE HYGIÈNE PISCINE NON-ACCESSIBLE JUSQU'À 18H15			
18H30	AQUAGYM	AQUAWORK	AQUATRaining	AQUACOMBAT	NAGE LIBRE			
19H30	AQUACOMBAT	AQUAHIIT 30	AQUAGYM	AQUAHIIT 30	NAGE LIBRE			
20H15	NAGE LIBRE	NAGE LIBRE	NAGE LIBRE	NAGE LIBRE	FERMETURE 20H00			
21H00	FERMETURE 21H00	FERMETURE 21H00	FERMETURE 21H00	FERMETURE 21H00				