



# PLANNING COURS COLLECTIFS

LE CLUB DE VOTRE FUTUR

**STUDIOVERT** 📺 = LESMILLS CINEMA : COURS VIDÉOS

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

**STUDIOBLANC**

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMEDI
7H30	LES MILLS <b>GRIT</b>   CARDIO					
10H30	LES MILLS <b>BODYBALANCE</b>	<b>STRETCH</b>		<b>STRETCH</b>		
12H30	LES MILLS <b>GRIT</b>   CARDIO		LES MILLS <b>SH'BAM</b>	LES MILLS <b>BODYVIVE</b>		
13H30						<b>YOGA</b>
15H00	LES MILLS <b>BODYBALANCE</b>					
16H00				LES MILLS <b>CXWORX</b>		
18H00	LES MILLS <b>BODYBALANCE</b>	LES MILLS <b>BODYVIVE</b>			LES MILLS <b>GRIT</b>   CARDIO	
19H00	<b>CAF</b>	LES MILLS <b>CXWORX</b>	LES MILLS <b>BODYJAM</b>	LES MILLS <b>BODYCOMBAT</b>		
20H00	<b>YOGA</b>			LES MILLS <b>CXWORX</b>		

**STUDIO TEAM TRAINING** RESERVEZ VOTRE COURS SUR EVAE.FR

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
7H30		<b>TRX MOVE</b>		<b>HBX BOXING</b>	
10H30					<b>TRX MOVE</b>
12H30			<b>HBX BOXING</b>		
14H30		<b>HBX BOXING</b>			<b>TRX MOVE</b>
17H30			<b>TRX MOVE</b>		<b>HBX BOXING</b>
18H00		<b>TRX MOVE</b>			
19H30	<b>TRX MOVE</b>	<b>HBX BOXING</b>		<b>TRX MOVE</b>	
20H30	<b>HBX BOXING</b>			<b>TRX MOVE</b>	

# STUDIOBLEU

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
10H30			LES MILLS RPM				
10H45						LES MILLS RPM	
11H15							LES MILLS RPM
12H30		LES MILLS sprint			LES MILLS RPM		
17H30				LES MILLS sprint			
18H00		LES MILLS RPM					
18H30				LES MILLS RPM			
19H00	LES MILLS RPM						
19H30			LES MILLS RPM		LES MILLS RPM		
20H00		LES MILLS RPM					

# STUDIOBLEU

⦿ = 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 ⦿	LES MILLS RPM ⦿		
9H30						LES MILLS RPM ⦿	
11H30	LES MILLS RPM ⦿	LES MILLS RPM ⦿	LES MILLS RPM ⦿	LES MILLS RPM ⦿	LES MILLS RPM ⦿		
12H30	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 ⦿	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 ⦿
17H45						LES MILLS RPM ⦿	LES MILLS RPM ⦿
20H30	LES MILLS RPM ⦿		LES MILLS RPM ⦿	LES MILLS RPM ⦿	LES MILLS RPM ⦿		

# STUDIOAQUA

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
9H00	NAGE LIBRE	NAGE LIBRE	NAGE LIBRE	NAGE LIBRE	NAGE LIBRE	NAGE LIBRE	NAGE LIBRE
9H15	AQUABIKE	AQUADYNAMIC	AQUABIKE	AQUAWORK	AQUATRaining	AQUADYNAMIC	NAGE LIBRE
10H15	AQUADYNAMIC	AQUASTRETCH	AQUATONUS	AQUABODYBIKE	AQUAGYM	NAGE LIBRE PARENT - ENFANT	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	AQUACIRCUIT	AQUABODYBIKE	AQUABODYBIKE	AQUAWORK
13H30	FERMETURE	NAGE LIBRE	NAGE LIBRE PARENT - ENFANT	NAGE LIBRE	FERMETURE	NAGE LIBRE FERMETURE 14H00	NAGE LIBRE FERMETURE 14H00
14H30	FERMETURE	AQUABIKE	NAGE LIBRE PARENT - ENFANT	NAGE LIBRE	FERMETURE		
15H00	FERMETURE	NAGE LIBRE	NAGE LIBRE PARENT - ENFANT	FERMETURE	FERMETURE		
15H30	FERMETURE	NAGE LIBRE	NAGE LIBRE PARENT - ENFANT	FERMETURE	FERMETURE		
16H30	CONTROLE HYGIÈNE PISCINE NON-ACCESSIBLE 45MN	CONTROLE HYGIÈNE PISCINE NON-ACCESSIBLE 45MN	CONTROLE HYGIÈNE PISCINE NON-ACCESSIBLE 45MN	CONTROLE HYGIÈNE PISCINE NON-ACCESSIBLE 45MN	CONTROLE HYGIÈNE PISCINE NON-ACCESSIBLE 45MN		
17H15	NAGE LIBRE	NAGE LIBRE	NAGE LIBRE	NAGE LIBRE	NAGE LIBRE		
17H45	NAGE LIBRE	AQUAWORK	AQUABIKE	AQUAGYM	AQUABIKE		
18H45	AQUABODYBIKE	AQUACOMBAT	AQUADYNAMIC	AQUABODYBIKE	NAGE LIBRE		
19H45	AQUAWORK	AQUABIKE	NAGE LIBRE FERMETURE 20H45	AQUAWORK	NAGE LIBRE FERMETURE 19H30		

## HORAIRE PISCINE :

DU LUNDI AU JEUDI : 9H00 - 20H45

VENDREDI : 9H00 - 19H30

SAMEDI & DIMANCHE : 9H00 - 14H00