

# COURS COLLECTIFS

STUDIOS FITNESS & VÉLOS

THIERS

| LUNDI                                                                      | MARDI                                                                    | MERCREDI                                                                    | JEUDI                                                                       | VENDREDI                                                            | SAMEDI                                                              |
|----------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|
|                                                                            | 9 <sup>H</sup> 30 - 10 <sup>H</sup> 15<br><b>STRETCH</b>                 |                                                                             | 9 <sup>H</sup> 30 - 10 <sup>H</sup> 15<br><b>TEAM PILATES</b>               |                                                                     |                                                                     |
|                                                                            |                                                                          |                                                                             |                                                                             |                                                                     | 10 <sup>H</sup> 00 - 10 <sup>H</sup> 45<br><b>LES MILLS<br/>RPM</b> |
| 12 <sup>H</sup> 20 - 13 <sup>H</sup> 05<br><b>LES MILLS<br/>BODYPUMP</b>   | 12 <sup>H</sup> 20 - 13 <sup>H</sup> 05<br><b>LES MILLS<br/>RPM</b>      | 12 <sup>H</sup> 20 - 13 <sup>H</sup> 05<br><b>TEAM TRAINING</b>             | 12 <sup>H</sup> 20 - 13 <sup>H</sup> 05<br><b>LES MILLS<br/>BODYBALANCE</b> |                                                                     | 11 <sup>H</sup> 00 - 11 <sup>H</sup> 45<br><b>TEAM TRAINING</b>     |
| 17 <sup>H</sup> 00 - 17 <sup>H</sup> 45<br><b>TEAM TRAINING</b>            | 17 <sup>H</sup> 00 - 17 <sup>H</sup> 45<br><b>TEAM PILATES</b>           |                                                                             | 17 <sup>H</sup> 10 - 17 <sup>H</sup> 55<br><b>TEAM TRAINING</b>             |                                                                     |                                                                     |
| 17 <sup>H</sup> 45 - 18 <sup>H</sup> 30<br><b>AFC</b>                      | 17 <sup>H</sup> 45 - 18 <sup>H</sup> 30<br><b>STEP</b>                   | 17 <sup>H</sup> 30 - 18 <sup>H</sup> 15<br><b>TEAM TRAINING</b>             | 18 <sup>H</sup> 00 - 18 <sup>H</sup> 45<br><b>LES MILLS<br/>BODYPUMP</b>    | 18 <sup>H</sup> 00 - 18 <sup>H</sup> 30<br><b>LES MILLS<br/>RPM</b> |                                                                     |
| 18 <sup>H</sup> 30 - 19 <sup>H</sup> 15<br><b>LES MILLS<br/>BODYCOMBAT</b> | 18 <sup>H</sup> 30 - 19 <sup>H</sup> 15<br><b>LES MILLS<br/>BODYPUMP</b> | 18 <sup>H</sup> 30 - 19 <sup>H</sup> 15<br><b>LES MILLS<br/>RPM</b>         | 18 <sup>H</sup> 45 - 19 <sup>H</sup> 30<br><b>LES MILLS<br/>BODYATTACK</b>  | 18 <sup>H</sup> 30 - 19 <sup>H</sup> 00<br><b>ABDOS FLASH</b>       |                                                                     |
| 19 <sup>H</sup> 15 - 20 <sup>H</sup> 00<br><b>LES MILLS<br/>RPM</b>        | 19 <sup>H</sup> 15 - 20 <sup>H</sup> 00<br><b>TEAM TRAINING</b>          | 19 <sup>H</sup> 15 - 20 <sup>H</sup> 00<br><b>LES MILLS<br/>BODYBALANCE</b> | 19 <sup>H</sup> 30 - 20 <sup>H</sup> 15<br><b>LES MILLS<br/>RPM</b>         | 19 <sup>H</sup> 00 - 19 <sup>H</sup> 45<br><b>STRETCH</b>           |                                                                     |

Attention, vos séances de Team Training et de RPM sont sur inscription : nombre de places limité.