

LUNDI

10h00 - 10h45
C.A.F

10h00 - 10h45
PILATES

11h00 - 11h45
LES MILLS BODYBALANCE

11h00 - 11h30
STRETCH MOBILITÉ

12h30 - 13h00
CARDIO SCULPT

15h00 - 15h45
SPORT SANTÉ
(renfo - mobilité)

17h30 - 18h00
C.A.F

18h15 - 19h00
CIRC. TRAINING

18h15 - 19h00
PILATES

19h15 - 20h00
LES MILLS BODYPUMP

19h15 - 20h15
RUNNING

MARDI

10h00 - 10h45
SPORT SANTÉ
(renfo - mobilité)

11h00 - 12h00
MARCHE

17h30 - 18h00
CIRC. TRAINING

18h15 - 19h00
LES MILLS DANCE et LES MILLS BODYJAM

18h15 - 19h00
PILATES

19h15 - 20h00
LES MILLS BODYCOMBAT

19h15 - 20h00
LES MILLS BODYBALANCE

MERCREDI

10h00 - 10h45
LES MILLS BODYPUMP

10h00 - 10h45
PILATES

11h00 - 11h45
CARDIO C.A.F

11h00 - 11h45
LES MILLS BODYBALANCE

18h15 - 19h00
STEP

18h15 - 19h00
YOGA

19h15 - 19h45
C.A.F

19h15 - 19h45
MÉDITATION

JEUDI

10h00 - 10h45
LES MILLS DANCE

10h00 - 11h00
RUNNING

11h00 - 11h45
YOGA

11h00 - 11h45
PILATES

12h30 - 13h00
CIRC. TRAINING

15h00 - 15h45
E G Y M

18h15 - 19h00
LES MILLS BODYPUMP

18h15 - 19h00
LES MILLS BODYBALANCE

19h15 - 20h00
LES MILLS BODYATTACK

19h15 - 19h45
STRETCH MOBILITÉ

VENDREDI

10h00 - 10h45
LES MILLS BODYBALANCE

11h00 - 11h45
CARDIO SCULPT

18h15 - 19h00
SPORT SANTÉ
(renfo - mobilité)

19h30 - 20h15
YOGA

SAMEDI

10h00 - 10h45
C.A.F

11h00 - 11h45
STRETCH MOBILITÉ RELAXATION

12h00 - 12h45
YOGA

DIMANCHE

RÉSERVEZ VOTRE PLACE 
GRÂCE À VOTRE APPLICATION



Scannez ce QR Code pour installer l'application « xplor active ». Vous pourrez ensuite vous inscrire à vos cours collectifs favoris !

E G Y M Plateau cardio, muscu

 cours avec un.e coach

 pas de cours