

BOXE / BIKING / FITNESS

LUNDI

	MASTERCLASS	BOXE	BIKING	CIRCUIT	COACHING INDIVIDUEL
09:00					
09:30	09:45				
10:00	PILATES				
10:30					
11:00					
11:30	STRETCHING				
12:00					
12:30					
13:00		FITBOXING		CIRCUIT TRAINING by Claude	
13:30					
14:00					
14:30					
15:00					
15:30					
16:00					
16:30					COACHING INDIVIDUEL
17:00	17:15				
17:30	GYM DOUCE				
18:00					
18:30			BIKE FLOW		
19:00	YOGA / PILATES by Géraldine	FITBOXING			
19:30			SWEET BIKE		
20:00					
20:30		BOXE TECH			
21:00					
21:30					
22:00					
22:30					
23:00					

CRÉNEAUX COMPLÉMENTAIRES (en gris)

Les créneaux affichés en gris correspondent à des horaires optionnels : ils pourront être ouverts en fonction de la demande, si les créneaux principaux sont complets. N'hésite pas à nous faire part de ton intérêt !

BOXE / BIKING / FITNESS

MARDI

	MASTERCLASS	BOXE	BIKING	CIRCUIT	COACHING INDIVIDUEL
09:00					
09:30					
09:45					
10:00	GYM DOUCE				
10:30					
11:00					
11:30	YIN YOGA by Géraldine		SWEET BIKE		
12:00					
12:30					
13:00	STRETCHING		BIKE FLOW	CIRCUIT TRAINING by Baptiste	
13:30					
14:00					
14:30					
15:00					
15:30					
16:00					
16:30					
17:00					
17:15					17:15
17:30	YOGA by Géraldine				COACHING INDIVIDUEL
18:00					
18:30					
19:00	PILATES	BOXE	BIKE FLOW		
19:30					
20:00					
20:30					
21:00					
21:30					
22:00					
22:30					
23:00					

CRÉNEAUX COMPLÉMENTAIRES (en gris)

Les créneaux affichés en gris correspondent à des horaires optionnels : ils pourront être ouverts en fonction de la demande, si les créneaux principaux sont complets. N'hésite pas à nous faire part de ton intérêt !

BOXE / BIKING / FITNESS

MERCREDI

	MASTERCLASS	BOXE	BIKING	CIRCUIT	COACHING INDIVIDUEL
09:00					
09:30					
10:00					
10:30					
11:00					
11:30					
12:00					
12:30					
13:00					
13:30					
14:00					
14:30					
15:00					
15:30					
16:00					
16:30					
17:00					
17:30					
18:00					
18:30					
19:00					
19:30					
20:00					
20:30					
21:00					
21:30					
22:00					
22:30					
23:00					

CRÉNEAUX COMPLÉMENTAIRES (en gris)

Les créneaux affichés en gris correspondent à des horaires optionnels : ils pourront être ouverts en fonction de la demande, si les créneaux principaux sont complets. N'hésite pas à nous faire part de ton intérêt !

BOXE / BIKING / FITNESS

JEUDI

	MASTERCLASS	BOXE	BIKING	CIRCUIT	COACHING INDIVIDUEL
09:00					
09:30					
09:45					
10:00	STRETCHING				
10:30					
11:00					
11:30	NIDRA YOGA by Annabelle		SWEET BIKE		
12:00					
12:30					
13:00	PILATES	FITBOXING	BIKE FLOW		
13:30					
14:00					
14:30					
15:00					
15:30					
16:00					
16:30					
17:00					17:00
17:15					17:15
17:30	YOGA RESPIRATOIRE by Fred				COACHING INDIVIDUEL
18:00					
18:15					
18:30	YOGA INTEGRAL by Fred	BOXE	BIKE FLOW		
19:00					
19:30					
20:00					
20:30					
21:00					
21:30					
22:00					
22:30					
23:00					

CRÉNEAUX COMPLÉMENTAIRES (en gris)

Les créneaux affichés en gris correspondent à des horaires optionnels : ils pourront être ouverts en fonction de la demande, si les créneaux principaux sont complets. N'hésite pas à nous faire part de ton intérêt !

BOXE / BIKING / FITNESS

VENDREDI

	MASTERCLASS	BOXE	BIKING	CIRCUIT	COACHING INDIVIDUEL
09:00					
09:30					
09:45					
10:00	PILATES				
10:30					
11:00					
11:30				CIRCUIT TRAINING by Claude	
12:00					
12:30					
13:00			BIKE FLOW	CIRCUIT TRAINING by Baptiste	COACHING INDIVIDUEL
13:30					
14:00					
14:30					
15:00					
15:30					
16:00					
16:30					
17:00					
17:15					
17:30			SWEET BIKE		
18:00					
18:30					
19:00	STRETCHING	LADY BOXING		CIRCUIT TRAINING by Clarisse	
19:30					
20:00					
20:30					
21:00					
21:30					
22:00					
22:30					
23:00					

CRÉNEAUX COMPLÉMENTAIRES (en gris)

Les créneaux affichés en gris correspondent à des horaires optionnels : ils pourront être ouverts en fonction de la demande, si les créneaux principaux sont complets. N'hésite pas à nous faire part de ton intérêt !

BOXE / BIKING / FITNESS

SAMEDI

	MASTERCLASS	BOXE	BIKING	CIRCUIT	COACHING INDIVIDUEL
09:00					
09:30					
10:00					
10:30				CIRCUIT TRAINING by Clarisse	
11:00					
11:30			BIKE FLOW		
12:00					
12:30					
13:00					
13:30					
14:00					
14:30					
15:00					
15:30					
16:00					
16:30					
17:00					
17:30					
18:00					
18:15					
19:00					
19:30					
20:00					
20:30					
21:00					
21:30					
22:00					
22:30					
23:00					

CRÉNEAUX COMPLÉMENTAIRES (en gris)

Les créneaux affichés en gris correspondent à des horaires optionnels : ils pourront être ouverts en fonction de la demande, si les créneaux principaux sont complets. N'hésite pas à nous faire part de ton intérêt !

BOXE / BIKING / FITNESS

HEBDO

	LUNDI					MARDI					MERCREDI				
	MASTERCLASS	BOXE	BIKING	CIRCUIT	COACHING INDIVIDUEL	MASTERCLASS	BOXE	BIKING	CIRCUIT	COACHING INDIVIDUEL	MASTERCLASS	BOXE	BIKING	CIRCUIT	COACHING INDIVIDUEL
09:00															
09:30															
09:45															
10:00	PILATES					GYM									
10:30												KID BOXING			
11:00	STRETCHING					YOGA		SWEET BIKE			YOGA				
11:30															
12:00															
12:30		FITBOXING		CIRCUIT TRAINING By Claude		STRETCHING		BIKE FLOW	CIRCUIT TRAINING By Baptiste					CIRCUIT TRAINING By Baptiste	
13:00															
13:30															
14:00															
14:30															
15:00															
15:30															
16:00					COACHING INDIVIDUEL										
16:30															
17:00															
17:15	GYM					YOGA				COACHING INDIVIDUEL			SWEET BIKE		
17:30															
18:00			BIKE FLOW												
18:30	YOGA	FITBOXING				PILATES	BOXE	BIKE FLOW			STRETCHING	FITBOXING			
19:00			SWEET BIKE												
19:30															
20:00															
20:30															
21:00															
21:30															
22:00															
22:30															
23:00															

	JEUDI					VENDREDI					SAMEDI				
	MASTERCLASS	BOXE	BIKING	CIRCUIT	COACHING INDIVIDUEL	MASTERCLASS	BOXE	BIKING	CIRCUIT	COACHING INDIVIDUEL	MASTERCLASS	BOXE	BIKING	CIRCUIT	COACHING INDIVIDUEL
09:00															
09:30															
09:45															
10:00	STRETCHING					PILATES								CIRCUIT TRAINING By Clarisse	
10:30															
11:00	YOGA		SWEET BIKE						CIRCUIT TRAINING By Claude						
11:30													BIKE FLOW		
12:00															
12:30															
13:00	PILATES	FITBOXING	BIKE FLOW					BIKE FLOW	CIRCUIT TRAINING By Baptiste	COACHING INDIVIDUEL					
13:30															
14:00															
14:30															
15:00															
15:30															
16:00															
16:30															
17:00					COACHING INDIVIDUEL										
17:15	YOGA							SWEET BIKE							
17:30															
18:00															
18:30	YOGA	BOXE	BIKE FLOW			STRETCHING	LADY BOXING		CIRCUIT TRAINING By Clarisse						
19:00															
19:30															
20:00															
20:30															
21:00															
21:30															
22:00															
22:30															
23:00															

CRÉNEAUX COMPLÉMENTAIRES (en gris)

Les créneaux affichés en gris correspondent à des horaires optionnels : ils pourront être ouverts en fonction de la demande, si les créneaux principaux sont complets. N'hésite pas à nous faire part de ton intérêt !