

# PLANNING COURS COLLECTIFS

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
9h45						45' LESMILLS BODYPUMP
10h00	45' LESMILLS BODYPUMP	45' TOTAL BODY		45' C.A.F	30' LESMILLS CXWORX	
10h30					60' LESMILLS BODYBALANCE	
10h45	45' YOGA LESMILLS RPM	45' PILATES		45' SANTÉ DOS		10h45 de 5 à 7 ans ZUMBA kids
12h40	45' LESMILLS BODYCOMBAT	45' LESMILLS CXWORX A.F		45' LESMILLS BODYPUMP	45' LESMILLS BODYATTACK	11h30 de 8 à 12 ans ZUMBA kids
15h00				60' YOGA		
17h45	30' C.A.F 17h30	45' YOGA	45' LESMILLS BODYPUMP	45' LESMILLS BODYBALANCE		
18h00	30' DANCE				45' LESMILLS BODYPUMP	
18h30	30' LESMILLS BODYCOMBAT		45' STEP	30' LESMILLS CXWORX		
18h45		45' LESMILLS BODYPUMP			45' LESMILLS BODYATTACK	
19h00	30' LESMILLS CXWORX			30' DANCE		
19h15	45' LESMILLS RPM		45' LESMILLS RPM		45' LESMILLS RPM	
19h30	60' LESMILLS BODYBALANCE	45' LESMILLS BODYATTACK	30' CROSS TRAINING	45' LESMILLS BODYPUMP	45' ZUMBA	



	LU	MA	ME	JE	VE
9h15		LES MILLS BODYPUMP	LES MILLS CXWORX	LES MILLS CXWORX	LES MILLS BODYCOMBAT
9h50			LES MILLS BODYPUMP		
10h25			LES MILLS CXWORX		
10h55					
11h00			LES MILLS BODYPUMP		
11h30				LES MILLS BODYCOMBAT	LES MILLS BODYPUMP
13h55	LES MILLS BODYPUMP			LES MILLS BODYPUMP	LES MILLS CXWORX
14h30	LES MILLS CXWORX			LES MILLS CXWORX	LES MILLS BODYPUMP
15h05	LES MILLS BODYPUMP		LES MILLS BODYPUMP	LES MILLS BODYCOMBAT	LES MILLS CXWORX
15h40	LES MILLS CXWORX		LES MILLS CXWORX	LES MILLS CXWORX	LES MILLS BODYPUMP
16h15	LES MILLS BODYPUMP	LES MILLS BODYCOMBAT	LES MILLS CXWORX	LES MILLS BODYPUMP	LES MILLS CXWORX
16h50	LES MILLS CXWORX	LES MILLS CXWORX	LES MILLS BODYPUMP	LES MILLS CXWORX	LES MILLS BODYCOMBAT

Cours cinéma durées de 30 minutes

## HORAIRES :

Lundi - Mardi - Jeudi - Vendredi : 9h / 21h

Mercredi : 9h à 12h et 15h à 21h

Samedi de : 9h à 12h30

Z.A LES TROIS FONTAINES - 85400 LUÇON - 02 51 56 14 85 - fitnessforme85.com

# FITNESS FORME