

# PLANNING SAINT DONAT

## COURS COLLECTIFS



### LUNDI

09H15 45'

**BODY PUMP\***

10H15 45'

**BODY BALANCE\***

12H20 45'

**CAF\***

18H15 45'

**RPM\***

18H30 45'

**BODY PUMP\***

19H30 45'

**STEP\***

### MARDI

09H15 45'

**MOBILITE\***

10H15 45'

**CAF\***

12H20 45'

**RPM\***

17H45 45'

**STEP\***

18H45 45'

**CAF\***

19H45 45'

**SH'BAM\***

### MERCREDI

10H15 45'

**RPM\***

17H45 45'

**CAF\***

18H45 45'

**MOBILITE\***

19H30 45'

**RPM\***

### JEUDI

09H15 45'

**CARDIO ABDOS\***

10H15 45'

**CROSS TRAINING\***

12H20 45'

**BODY PUMP\***

18H00 45'

**BODY PUMP\***

18H30 45'

**RPM\***

19H00 45'

**SH'BAM\***

19H45 30'

**CARDIO ABDOS\***

### VENREDI

09H15 45'

**RPM\***

10H15 45'

**BODY BALANCE\***

12H20 45'

**RPM\***

17H45 45'

**RPM\***

18H45 45'

**BODY BALANCE\***

19H45 45'

**CROSS TRAINING\***

### SAMEDI

09H15 45'

**MOBILITE\***

10H15 45'

**RPM\***

### HORAIRE D'ACCUEIL

Du lundi au vendredi  
9h-13h30 & 15h-20h30

Samedi  
9h-12h

# LES MILLS

COURS VIRTUELS A  
LA DEMANDE  
6h-23h

**\*COURS SUR RESERVATION**

