

LUNDI

9H15 - 10H  
BODY ATTACK

10H15 - 11H

BODY BALANCE

12H15 - 12H45

GRIT ATHLETIC

14H30 - 15H15

BODY PUMP

17H45 - 18H30

BODY ATTACK

18H30 - 19H30

BODY COMBAT

19H30 - 20H15

ZUMBA

MARDI

9H15 - 10H  
TONE

10H15 - 11H

BODY PUMP

12H15 - 13H

BODY ATTACK

14H30 - 15H15

SH'BAM

17H45 - 18H30

BODY STEP

18H30 - 19H15

BODY PUMP

19H30 - 20H15

YOGA

MERCREDI

9H15 - 10H  
PILATES

10H15 - 11H

SH'BAM

12H15 - 13H

BODY BALANCE

14H30 - 15H15

BODY COMBAT

17H45 - 18H30

BODY PUMP

18H30 - 19H30

BODY ATTACK

19H30 - 20H15

BODY BALANCE

JEUDI

9H15 - 10H  
BODY BALANCE

10H15 - 11H

BODY COMBAT

12H15 - 13H

BODY PUMP

14H30 - 15H15

BODY BALANCE

18H - 18H45

BODY COMBAT

18H45 - 19H30

BODY STEP

19H30 - 20H30

BODY PUMP

VENDREDI

9H15 - 10H  
YOGA

10H15 - 11H

BODY PUMP

12H15 - 13H

BODY COMBAT

14H30 - 15H15

BODY PUMP

17H15 - 17H45

GRIT ATHLETIC

17H45 - 18H45

BODY BALANCE

18H45 - 19H15

SH'BAM

SAMEDI

9H15 - 10H  
BODY STEP

10H - 10H45

BODY PUMP

12H15 - 12H45

GRIT CARDIO

14H30 - 15H15

BODY COMBAT

15H30 - 16H15

BODY BALANCE

DIMANCHE

9H15 - 10H  
BODY PUMP

10H - 10H45

BODY BALANCE

11H - 11H45

BODY COMBAT

14H30 - 15H15

BODY PUMP

15H30 - 16H15

SH'BAM

## ENTRAÎNEMENTS COLLECTIFS

## STUDIO BIKING

## ZONE TEAM TRAINING

8H30 - 9H15  
THE TRIP

9H30 - 10H15

THE TRIP

12H15 - 13H

THE TRIP

18H45 - 19H30

RPM

19H30 - 20H

SPRINT

8H30 - 9H15  
THE TRIP

9H30 - 10H15

RPM

12H15 - 13H

THE TRIP

18H15 - 19H

THE TRIP

19H30 - 20H15

RPM

8H30 - 9H15  
THE TRIP

9H30 - 10H15

THE TRIP

12H15 - 13H

THE TRIP

18H - 18H45

THE TRIP

19H15 - 20H

THE TRIP

8H30 - 9H15  
THE TRIP

9H30 - 10H15

THE TRIP

12H15 - 13H

THE TRIP

17H45 - 18H30

RPM

19H15 - 20H

THE TRIP

8H30 - 9H15  
THE TRIP

9H30 - 10H

SPRINT

12H15 - 13H

RPM

18H30 - 19H15

THE TRIP

19H15 - 20H

THE TRIP

8H30 - 9H15  
THE TRIP

9H30 - 10H15

THE TRIP

11H - 11H30

SPRINT

17H30 - 18H15

THE TRIP

18H15 - 19H

THE TRIP

8H30 - 9H15  
THE TRIP

9H30 - 10H15

THE TRIP

12H15 - 13H

THE TRIP

17H30 - 18H15

THE TRIP

18H15 - 19H

THE TRIP

10H15 - 11H  
HBX MOVE

12H15 - 12H45  
HBX BOXING

20H - 20H45  
HBX FUSION

9H15 - 10H  
HBX FUSION

12H15 - 12H45  
HBX MOVE

18H - 19H  
PAO BOXING

10H15 - 11H  
HBX MOVE

18H - 18H30  
HBX BOXING

18H45 - 19H45  
PAO BOXING

11H45 - 12H15  
CROSS TRAINING

12H15 - 13H  
HBX FUSION