

# PROGRAMME DES COURS

## SUR ECRAN GEANT



**FITNESS ÉNERGIE**  
Centre de sports et de santé

Heures	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE	Heures
07.30	LES MILLS BODYBALANCE	LES MILLS RPM	LES MILLS BODYPUMP	LES MILLS BODYCOMBAT	LES MILLS CXWORX	LES MILLS BODYCOMBAT	LES MILLS CXWORX	07.30
08.00	LES MILLS RPM	LES MILLS CXWORX	LES MILLS BODYBALANCE	LES MILLS CXWORX	LES MILLS RPM	LES MILLS CXWORX	LES MILLS RPM	08.00
08.30	LES MILLS BODYPUMP	LES MILLS BODYPUMP	55'	LES MILLS BODYPUMP	LES MILLS BODYCOMBAT	LES MILLS RPM	45'	08.30
09.00		55'	LES MILLS CXWORX			45'	LES MILLS BODYBALANCE	09.00
09.30		LES MILLS BODYBALANCE	LES MILLS BODYPUMP			LES MILLS BODYPUMP	55'	09.30
10.00		55'	55'			LES MILLS CXWORX	LES MILLS BODYCOMBAT	10.00
10.30		LES MILLS CXWORX	LES MILLS BODYBALANCE			LES MILLS BODYBALANCE	LES MILLS BODYPUMP	10.30
11.00	LES MILLS BODYCOMBAT	LES MILLS RPM	LES MILLS CXWORX	LES MILLS CXWORX	LES MILLS BODYBALANCE		55'	11.00
11.30	LES MILLS BODYPUMP	LES MILLS BODYPUMP	LES MILLS BODYCOMBAT	LES MILLS BODYPUMP	LES MILLS CXWORX	LES MILLS BODYCOMBAT	LES MILLS CXWORX	11.30
12.00						LES MILLS BODYBALANCE	LES MILLS BODYCOMBAT	12.00
12.15				LES MILLS BODYBALANCE	LES MILLS BODYPUMP			12.15
12.30				55'	55'	LES MILLS SH'BAM	LES MILLS RPM	12.30
13.00						LES MILLS BODYCOMBAT	45'	13.00
13.30	LES MILLS CXWORX	LES MILLS BODYCOMBAT	LES MILLS SH'BAM	LES MILLS BODYCOMBAT	LES MILLS RPM	LES MILLS CXWORX	LES MILLS CXWORX	13.30
14.00	LES MILLS SH'BAM	LES MILLS BODYPUMP	LES MILLS CXWORX	LES MILLS BODYPUMP	LES MILLS BODYBALANCE	LES MILLS BODYPUMP	LES MILLS BODYPUMP	14.00
14.30	LES MILLS BODYPUMP	55'	LES MILLS BODYBALANCE	LES MILLS CXWORX	LES MILLS CXWORX	55'	55'	14.30
15.00	LES MILLS BODYBALANCE	LES MILLS SH'BAM	LES MILLS BODYPUMP	LES MILLS SH'BAM	LES MILLS BODYPUMP	LES MILLS CXWORX	LES MILLS BODYCOMBAT	15.00
15.30	LES MILLS BODYPUMP	LES MILLS CXWORX	LES MILLS RPM	LES MILLS BODYBALANCE	LES MILLS BODYBALANCE	LES MILLS SH'BAM	LES MILLS BODYBALANCE	15.30
16.00	LES MILLS CXWORX	LES MILLS BODYBALANCE	LES MILLS BODYBALANCE	LES MILLS BODYPUMP	LES MILLS SH'BAM	LES MILLS BODYCOMBAT	LES MILLS SH'BAM	16.00
16.30	LES MILLS RPM	55'	55'	LES MILLS CXWORX	LES MILLS BODYCOMBAT	LES MILLS BODYPUMP	LES MILLS BODYPUMP	16.30
17.00	LES MILLS BODYCOMBAT	LES MILLS RPM	LES MILLS RPM	LES MILLS BODYCOMBAT	LES MILLS CXWORX	LES MILLS RPM	LES MILLS CXWORX	17.00
17.30	LES MILLS BODYBALANCE	LES MILLS BODYCOMBAT	LES MILLS BODYBALANCE	55'	LES MILLS BODYPUMP	45'	LES MILLS RPM	17.30
18.00					55'	LES MILLS BODYPUMP	LES MILLS BODYBALANCE	18.00
18.15								18.15
18.30					LES MILLS RPM	LES MILLS BODYBALANCE	LES MILLS BODYCOMBAT	18.30
19.00					45'	LES MILLS BODYCOMBAT	LES MILLS BODYPUMP	19.00
19.15								19.15
19.30			LES MILLS BODYPUMP		LES MILLS SH'BAM	LES MILLS CXWORX	LES MILLS SH'BAM	19.30
20.00			55'		LES MILLS CXWORX	LES MILLS BODYPUMP	LES MILLS BODYBALANCE	20.00
20.15								20.15
20.30	LES MILLS SH'BAM	LES MILLS BODYBALANCE	LES MILLS CXWORX	LES MILLS CXWORX	LES MILLS BODYPUMP	LES MILLS SH'BAM	LES MILLS CXWORX	20.30
21.00	LES MILLS BODYPUMP	LES MILLS BODYCOMBAT	LES MILLS BODYPUMP	LES MILLS BODYPUMP	LES MILLS BODYCOMBAT	LES MILLS BODYBALANCE	LES MILLS BODYPUMP	21.00
21.30	LES MILLS BODYBALANCE	LES MILLS CXWORX	LES MILLS SH'BAM	LES MILLS SH'BAM	LES MILLS BODYBALANCE	LES MILLS CXWORX	LES MILLS BODYBALANCE	21.30