

PLANNING DES COURS

SEMAINE DU 23 DÉC 2024

LUNDI 23 DÉC
09H00-21H00

MARDI 24 DÉC
07H00-21H00

MERCREDI 25 DÉC
09H00-21H00

JEUD 26 DÉC
09H30-20H30

STUDIO 1 STUDIO BPM PLATEAU EXTÉRIEUR

STUDIO 1 STUDIO BPM PLATEAU EXTÉRIEUR

STUDIO 1 STUDIO BPM PLATEAU EXTÉRIEUR

STUDIO 1 STUDIO BPM PLATEAU EXTÉRIEUR

FERMÉ

FERMÉ

JOYEUX NOËL
FERMÉ

10H00 / 60 MIN
CIRCUIT TRAINING

12H30 / 45 MIN
CIRCUIT TRAINING

17H30 / 45 MIN
CUISSSES, ABDOS FESSIERS

18H30 / 45 MIN
RPM LESMILLS

18H15 / 45 MIN
CROSS TRAINING

19H00 / 45 MIN
CROSS TRAINING

19H30 / 45 MIN
PILATES

VENDREDI 27 DÉC
09H30-20H00

SAMEDI 28 DÉC
09H30-13H00

DIMANCHE 29 DÉC
09H30-13H00

STUDIO 1 STUDIO BPM PLATEAU EXTÉRIEUR

STUDIO 1 STUDIO BPM PLATEAU EXTÉRIEUR

STUDIO 1 STUDIO BPM PLATEAU EXTÉRIEUR

10H00 / 60 MIN
BODYSCULPT

10H00 / 45 MIN
BODYPUMP LESMILLS

11H00 / 45 MIN
CROSS TRAINING

12H00 / 45 MIN
RPM LESMILLS

12H30 / 45 MIN
YOGA

12H30 / 45 MIN
CROSS TRAINING

FERMÉ



OUVERT 7J/7



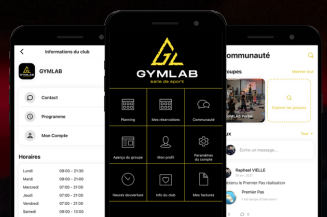
05 56 12 55 79



6-8 RUE DE THALES
33700 MERIGNAC

SERVICE ADDITIONNEL
COACHING PERSONNALISÉ

ACCÈS CROSS TRAINING EN OPTION



PLANNING DES COURS

SEMAINE DU 30 DÉC 2024

LUNDI 30 DÉC
09H00-21H00

MARDI 31 DÉC
07H00-21H00

MERCREDI 01 JAN
09H00-21H00

JEUD 02 JAN
09H30-20H30

STUDIO 1 STUDIO DPM PLATEAU EXTÉRIEUR

STUDIO 1 STUDIO DPM PLATEAU EXTÉRIEUR

STUDIO 1 STUDIO DPM PLATEAU EXTÉRIEUR

STUDIO 1 STUDIO DPM PLATEAU EXTÉRIEUR

FERMÉ

FERMÉ

BONNE ANNÉE
FERMÉ

10H00 / 60 MIN
CIRCUIT TRAINING

12H30 / 45 MIN
BODYPUMP
LES MILLS

12H30 / 45 MIN
CIRCUIT TRAINING

17H30 / 45 MIN
CUISSES, ABDOS FESSIERS

18H30 / 45 MIN
RPM
LES MILLS

18H15 / 45 MIN
CROSS TRAINING

19H30 / 45 MIN
PILATES

19H15 / 45 MIN
CIRCUIT TRAINING

VENDREDI 03 JAN
09H30-20H00

SAMEDI 04 JAN
09H30-13H00

DIMANCHE 05 JAN
09H30-13H00

STUDIO 1 STUDIO DPM PLATEAU EXTÉRIEUR

STUDIO 1 STUDIO DPM PLATEAU EXTÉRIEUR

STUDIO 1 STUDIO DPM PLATEAU EXTÉRIEUR



OUVERT 7J/7




05 56 12 55 79



**6-8 RUE DE THALES
33700 MERIGNAC**

**SERVICE ADDITIONNEL
COACHING PERSONNALISÉ**

 **ACCÈS CROSS TRAINING EN OPTION**

10H00 / 60 MIN
BODYSOULPT

12H30 / 45 MIN
YOGA

12H30 / 45 MIN
CROSS TRAINING

10H00 / 45 MIN
BODYPUMP
LES MILLS

11H00 / 45 MIN
CROSS TRAINING

12H00 / 45 MIN
RPM
LES MILLS

17H45 / 60 MIN
CIRCUIT TRAINING

18H45 / 45 MIN
RPM
LES MILLS

