

# STUDIO 1 - VIRTUAL : A partir du 02 Janvier 2023

## Lundi

08h15 - 08h45

**BODYPUMP** VIRTUAL

10h30- 11h00

**BODYBALANCE** VIRTUAL

11h00 - 11h30

**LES MILLS**  
**CORE** VIRTUAL

11h45 - 12h15

**GRIT** VIRTUAL  
CARDIO

13h30 - 14h00

**LES MILLS**  
**CORE** VIRTUAL

14h15 - 14h45

**GRIT** VIRTUAL  
PLYO

15h00 - 15h45

**BODYCOMBAT** VIRTUAL

16h00 - 16h45

**SH'BAM** VIRTUAL

17h00 - 17h45

**BODYBALANCE** VIRTUAL

## Mardi

08h30 - 09h15

**BODYBALANCE** VIRTUAL

09h15 - 09h45

**LES MILLS**  
**CORE** VIRTUAL

11h30 - 12h15

**BODYPUMP** VIRTUAL

## Mercredi

08h15 - 09h00

**BODYBALANCE** VIRTUAL

11h00 - 11h30

**LES MILLS**  
**CORE** VIRTUAL

11h45 - 12h15

**BODYPUMP** VIRTUAL

14h00 - 14h45

**BODYCOMBAT** VIRTUAL

15h00 - 15h30

**LES MILLS**  
**CORE** VIRTUAL

15h45- 16h30

**BODYBALANCE** VIRTUAL

16h45 - 17h30

**SH'BAM** VIRTUAL

## Jeudi

08h30 - 09h00

**BODYPUMP** VIRTUAL

10h15- 10h45

**BODYBALANCE** VIRTUAL

11h15 - 12h00

**BODYCOMBAT** VIRTUAL

20h15- 21h00

**BODYCOMBAT** VIRTUAL

## Vendredi

08h15 - 08h45

**LES MILLS**  
**CORE** VIRTUAL

10h30 - 11h15

**BODYPUMP** VIRTUAL

11h15 - 11h45

**LES MILLS**  
**CORE** VIRTUAL

13h30 - 14h00

**BODYBALANCE** VIRTUAL

14h45 - 15h15

**BODYPUMP** VIRTUAL

15h30 - 16h00

**GRIT** VIRTUAL  
STRENGTH

16h15 - 16h45

**LES MILLS**  
**CORE** VIRTUAL

17h00 - 17h30

**BODYPUMP** VIRTUAL

20h00- 20h30

**BODYBALANCE** VIRTUAL

## Samedi

12h15 - 12h45

**LES MILLS**  
**CORE** VIRTUAL

13h00- 13h30

**GRIT** VIRTUAL  
STRENGTH

