

# STUDIO 1 : à compter du 27 FEVRIER 2023

## Lundi

09h00 - 10h15

YOGA flow

12h30 - 13h15

**BODYPUMP**

18h00 - 18h30

LES MILLS  
**CORE**

18h30 - 19h15

**BODYPUMP**

19h15 - 20h00

**BODYATTACK**

## Mardi

09h15 - 10h00

**Circuit**  
Sport-Santé

10h15 - 11h15

PILATES

12h30 - 13h15

LES MILLS  
**CORE**

17h30 - 18h15

**BODYBALANCE**

18h15 - 18h45

LES MILLS  
**CORE**

18h45 - 19h45

**BODYCOMBAT**

## Mercredi

09h15 - 10h00

**BODYPUMP**

12h30 - 13h30

YOGA flow

17h45 - 18h30

**BODYPUMP**

18h30 - 19h30

**BODYATTACK**

19h30 - 20h30

**BODYBALANCE**

## Jeudi

09h15 - 10h00

LES MILLS  
**CORE**

10h15 - 11h00

**Circuit**  
Sport-Santé

12h30 - 13h15

**BODYBALANCE**

17h30 - 18h15

PILATES

18h15 - 19h00

**SH'BAM**

19h15 - 20h30

YOGA flow

## Vendredi

09h15 - 10h15

**BODYBALANCE**

12h30 - 13h30

PILATES

17h45 - 19h00

YOGA  
kundalini

19h00 - 19h45

**BODYPUMP**

## Samedi

09h15 - 10h00

**BODYPUMP**

10h15 - 11h00

**Circuit**  
Sport-Santé

11h00 - 12h00

**BODYBALANCE**

