



# LES COURS COLLECTIFS

ON AIR FITNESS BORDEAUX BASSINS À FLOT

ACCÈS ILLIMITÉ AU COURS POUR 20€/4 SEMAINES

PLUS DE 50 COURS PAR SEMAINE !

**DU LUNDI AU SAMEDI**

**DÉBUT DES COURS COLLECTIFS  
LE LUNDI 29 AVRIL**

AJOUT DE L'OPTION COURS COLLECTIFS  
À PARTIR DU JEUDI 18 AVRIL À 17H00

# CROSS TRAINING

ON AIR BORDEAUX BASSINS À FLOT

ACCÈS ILLIMITÉ AUX COURS POUR SEULEMENT 20€/4 SEMAINES !

## LUNDI

12H15 - 13H00

17H30 - 18H15

18H30 - 19H15

## MARDI

12H15 - 13H00

17H30 - 18H15

18H30 - 19H15

## MERCREDI

12H15 - 13H00

17H30 - 18H15

18H30 - 19H15

## JEUDI

12H15 - 13H00

17H30 - 18H15

18H30 - 19H15

## VENDREDI

12H15 - 13H00

17H30 - 18H15

18H30 - 19H15

## SAMEDI

12H15 - 13H00

📍 **ESPACE CROSS TRAINING**

DÉBUT DES COURS COLLECTIFS LE LUNDI 29 AVRIL

# SPORTS DE COMBAT

ON AIR FITNESS BORDEAUX BASSINS À FLOT

ACCÈS ILLIMITÉ AUX COURS POUR SEULEMENT 20€/4 SEMAINES !

## LUNDI

12H15 - 13H00

18H30 - 19H30

19H30 - 20H30

## JEUDI

12H15 - 13H00

18H30 - 19H30

19H30 - 20H30

## MARDI

12H15 - 13H00

19H30 - 20H30

## VENDREDI

12H15 - 13H00

19H30 - 20H30

## MERCREDI

12H15 - 13H00

19H30 - 20H30

## SAMEDI

12H15 - 13H00

**BOXE ANGLAISE**

**SELF DEFENSE**

**MUAY-THAÏ**

📍 **ESPACE BOXE**

DÉBUT DES COURS COLLECTIFS LE LUNDI 29 AVRIL

**ON AIR**

ORIGINAL FITNESS

# CYCLING

ON AIR FITNESS BORDEAUX BASSINS À FLOT

**ACCÈS ILLIMITÉ AUX COURS POUR SEULEMENT 20€/4 SEMAINES !**

## LUNDI

7H30 - 8H15

12H30 - 13H30

17H45 - 18H30

18H45 - 19H30

## MARDI

7H30 - 8H15

12H30 - 13H30

17H45 - 18H30

18H45 - 19H30

## MERCREDI

7H30 - 8H15

12H30 - 13H30

17H45 - 18H30

18H45 - 19H30

## JEUDI

7H30 - 8H15

12H30 - 13H30

17H45 - 18H30

18H45 - 19H30

## VENDREDI

7H30 - 8H15

12H30 - 13H30

17H45 - 18H30

18H45 - 19H30

## SAMEDI

10H30 - 11H15

12H30 - 13H30

AVEC COACH

VIDÉO

📍 **ESPACE RPM**

DÉBUT DES COURS COLLECTIFS LE LUNDI 29 AVRIL