

**ON AIR**

ORIGINAL FITNESS



**DÈS LE 2 MAI**

**COURS COLLECTIFS**

OPTION À SEULEMENT 5€/SEMAINE\*

ON AIR FITNESS **BASSINS À FLOT**

\*En plus de ton abonnement

# PLANNING COURS COLLECTIFS

MAI 2026 - ON AIR FITNESS BASSINS À FLOT



A.M

P.M

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
						<b>RPM</b> 10H30 - 11H15
		<b>HYBRID TRAINING</b> 12H15 - 13H15				<b>HYBRID EXPERT</b> 11H00 - 12H00
	<b>HYBRID RENFO</b> 12H15 - 13H15	<b>RENFO PILATES</b> 12H30 - 13H30	<b>HYBRID TRAINING</b> 12H15 - 13H15	<b>RENFO PILATE FLASH</b> 12H15 - 12H45	<b>BOOTY CAMP LADIES</b> 12H15 - 13H15	<b>HYBRID TRAINING</b> 12H15 - 13H15
	<b>RPM</b> 12H30 - 13H15	<b>BOXE ANGLAISE</b> 12H30 - 13H30	<b>CAF FLASH</b> 12H15 - 12H45	<b>HYBRID TRAINING</b> 12H15 - 13H15	<b>HYBRID RENFO</b> 12H15 - 13H15	<b>BOOTY FLASH</b> 11H15 - 11H45
		<b>FLOW RENFO</b> 17H30 - 18H00	<b>BOXE ANGLAISE</b> 12H30 - 13H30	<b>HIIT</b> 12H45 - 13H15		<b>BOXE ANGLAISE</b> 12H30 - 13H30
		<b>SPRINT</b> 18H00 - 18H30		<b>CAF FLASH</b> 17H30 - 18H00		
		<b>MMA</b> 18H30 - 19H30		<b>STRETCHING</b> 18H00 - 18H45		
	<b>BOOTY FLASH</b> 18H00 - 18H30	<b>ABDOS FLASH</b> 18H30 - 19H00	<b>BOOTY FLASH</b> 18H00 - 18H30	<b>HYBRID CARDIO</b> 18H30 - 19H30		
	<b>HYBRID TRAINING</b> 18H30 - 19H30	<b>HYBRID TRAINING</b> 18H30 - 19H30	<b>ABDOS FLASH</b> 18H30 - 19H00	<b>CARDIO BOXE</b> 19H00 - 19H30		
	<b>HYBRID CARDIO</b> 18H30 - 19H15	<b>BOOTY FLASH</b> 19H00 - 19H30	<b>HYBRID TRAINING</b> 18H30 - 19H30	<b>HYBRID TRAINING</b> 19H30 - 20H30	<b>MMA</b> 18H30 - 19H30	
	<b>YOGA</b> 19H15 - 20H00	<b>CARDIO BOXE</b> 19H00 - 19H30	<b>STRETCHING</b> 19H00 - 19H45	<b>YOGA</b> 19H00 - 20H00	<b>HYBRID TRAINING</b> 18H30 - 19H30	
	<b>BOXE ANGLAISE</b> 19H30 - 20H30	<b>STRETCHING</b> 19H30 - 20H00	<b>BOXE ANGLAISE</b> 19H30 - 20H30	<b>BOXE ANGLAISE</b> 19H30 - 20H30	<b>BOXE ANGLAISE</b> 19H30 - 20H30	

ONLY LADIES

SPORTS DE COMBATS

HYBRID

FLASH

RPM & SPRINT LESMILLS

SPÉCIAUX