

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
9h15-10h SH'BAM VIRTUAL 10h-11h BODYPUMP 11h-12h  ZUMBA 12h30-13h15 BODYPUMP VIRTUAL	9h15-9h45 BODYPUMP VIRTUAL 10h-11h BODYBALANCE 12h30-13h15 BODYPUMP 14h-15h30 MUSCU TRAINING 17h30-18h BODYBALANCE VIRTUAL 18h-19h CARDIO BOXE 19h-20h BODYPUMP	9h15-9h45 CXWORX VIRTUAL 10h-11h BODYPUMP 12h30-13h15 CAF 14h-14h30 CXWORX VIRTUAL 15h-15h30 MUSCU TRAINING 17h30-18h BODYPUMP VIRTUAL 18h-19h BODYBALANCE 19h-20h  ZUMBA	9h15-9h45 CXWORX VIRTUAL 10h00-10h45 CAF 11h-11h45  ZUMBA 12h30-13h15 FULL BODY 15h30-16h BODYPUMP VIRTUAL 16h-16h45  pilates 17h15-18h SH'BAM VIRTUAL 18h-18h30 CXWORX 18h30-19h BODYATTACK 19h-19h45  pilates	9h15-10h SH'BAM VIRTUAL 10h-10h30 BODYATTACK 10h30-11h CAF 11h-12h BODYBALANCE 12h30-13h15 BODYPUMP VIRTUAL 14h-15h BODYBALANCE VIRTUAL 16h-16h30 CXWORX VIRTUAL 16h30-17h30 BODYPUMP VIRTUAL 17h30-18h CXWORX VIRTUAL 18h-18h45  ZUMBA	9h30-10h30 BODYPUMP 10h30-11h30 BODYBALANCE 11h30-12h30  ZUMBA
 Réservation des cours OBLIGATOIRE - Chaussures propres et serviette OBLIGATOIRES 					

10 rue Robert Bothereau - La Courtaisière - 85000 La Roche sur Yon

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
10h-10h45 AQUAGYM 11h-11h45 AQUABIKE 12h15-13h AQUAWORK 16h-16h30 AQUADYNAMIC 18h-18h45 AQUADYNAMIC 19h-20h AQUABODYBIKE	9h15-10h AQUABIKE 10h15-10h45 AQUAGYM 11h-11h45 AQUADYNAMIC 15h15-15h45 AQUAGYM 18h-18h45 AQUABIKE 19h-19h45 AQUADYNAMIC	10h-10h45 AQUABIKE 11h-11h45 AQUAGYM 17h-17h30 AQUADYNAMIC 18h-18h45 AQUADYNAMIC 19h-19h45 AQUABIKE	10h-10h45 AQUAWORK 15h15-15h45 AQUAGYM 18h-18h45 AQUADYNAMIC 19h-19h45 AQUAWORK	10h15-10h45 AQUAGYM 11h-11h45 AQUADYNAMIC 12h15-13h AQUABIKE 15h15-15h45 AQUAGYM 19h-19h45 AQUABIKE	10h-10h45 AQUADYNAMIC 11h-11h45 AQUABIKE
 Réservation des cours OBLIGATOIRE - Bonnet de bain et douche savonnée OBLIGATOIRES 					

10 rue Robert Bothereau - La Courtaisière - 85000 La Roche sur Yon



Planning RPM et CROSS du 11 au 23 Février 2019

Horaires d'ouverture: Lun à jeu: 9h-21h

Ven: 9h-20h / Sam: 9h-13h

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
9h10-10h00 RPM VIRTUAL	9h10-10h00 RPM 11h10-12h00 RPM VIRTUAL	9h10-10h00 RPM VIRTUAL	9h10-10h00 RPM VIRTUAL	9h10-10h00 RPM VIRTUAL	9h10-10h00 RPM VIRTUAL
12h30-13h15 RPM	12h30-13h15 RPM VIRTUAL			12h30-13h15 RPM	
15h10-16h RPM VIRTUAL			15h10-16h RPM VIRTUAL 17h30-18h CROSS TRAINING	15h10-16h RPM VIRTUAL	
18h-18h45 RPM	18h-18h50 RPM VIRTUAL 19h10-20h RPM VIRTUAL	19h10-20h RPM VIRTUAL	19h10-20h RPM VIRTUAL	19h10-20h RPM VIRTUAL	
Réservez vos cours OBLIGATOIRE - Chaussures propres et serviette OBLIGATOIRES					