

PLANNING COURS COLLECTIFS FITNESS Du 23 décembre 2024 au 5 janvier 2025



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
9h30	C.A.F. SALLE 1 - 45 min - Xavier	LES MILLS BODYPUMP SALLE 1 - 1h - William		LES MILLS CORE SALLE 1 - 30 min - Preden	LES MILLS BODYBALANCE SALLE 1 - 1h - Cyril		
10h00				LES MILLS sprint STUDIO RPM - 30 min - Preden		LES MILLS BODYPUMP SALLE 1 - 1h - Xavier	LES MILLS RPM STUDIO RPM - 45 min - Xavier
10h30		LES MILLS BODYBALANCE MOBILITY SALLE 1 - 45 min - William				11h15 LES MILLS RPM STUDIO RPM - 45 min - Xavier	11h15 LES MILLS BODYBALANCE SALLE 1 - 1h - Xavier
12h30	LES MILLS GRIT ATHLETIC SALLE 1 - 30 min - Xavier			LES MILLS GRIT STRENGTH SALLE 1 - 30 min - Tamara	LES MILLS RPM STUDIO RPM - 45 min - Preden		
17h30	LES MILLS BODYPUMP SALLE 1 - 45 min - William LES MILLS RPM STUDIO RPM - 45 min - Xavier	PILATES SALLE 2 - 45 min - Cyril		LES MILLS BODYCOMBAT SALLE 1 - 45 min - Tamara LES MILLS RPM STUDIO RPM - 45 min - Cyril	LES MILLS BODYATTACK SALLE 1 - 1h - Tamara LES MILLS BODYBALANCE SALLE 2 - 45 min - William		
18h30	LES MILLS BODYATTACK SALLE 1 - 1h - William CROSS TRAINING STUDIO HBX - 45 min - Hugo	LES MILLS BODYBALANCE SALLE 2 - 1h - Xavier		LES MILLS BODYPUMP SALLE 1 - 1h - Xavier LES MILLS GRIT CARDIO STUDIO HBX - 30 min - Tamara	LES MILLS RPM STUDIO RPM - 45 min - Cyril HBX BOXING STUDIO HBX - 30 min - Tamara		
19h30	LES MILLS sprint STUDIO RPM - 30 min - Géraud						

Tous les cours sont inclus dans votre abonnement !

HORAIRES ESPACE MUSCULATION- CARDIOTRAINING

- Mardi 24.12 & 31.12
8h - 17h
- Mercredi 25.12
Fermé
- Mercredi 01.01
13h - 20h
- Lundi, jeudi, vendredi
8h - 21h
- Samedi et dimanche
9h - 18h

INFORMATIONS & ANNULATION

04.50.84.66.86
annulation@ucpa.asso.fr

Les cours de Pilates, RPM, Sprint, Cross Training, HBX Boxing et GRIT sont soumis à réservation 1 jour à l'avance.
Planning susceptible de modifications.



PLANNING COURS VIDEOS FITNESS Du 23 décembre 2024 au 5 janvier 2025



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
8h15	LES MILLS BODYPUMP SALLE 1 - 1h LES MILLS sprint STUDIO RPM - 30 min	LES MILLS CORE SALLE 1 - 45 min LES MILLS RPM STUDIO RPM - 45 min		LES MILLS BODYBALANCE SALLE 1 - 1h	LES MILLS CORE SALLE 1 - 45 min LES MILLS RPM STUDIO RPM - 45 min		
9h15	LES MILLS RPM STUDIO RPM - 45 min	LES MILLS RPM STUDIO RPM - 45 min			LES MILLS RPM STUDIO RPM - 45 min	LES MILLS RPM STUDIO RPM - 45 min	
10h15	LES MILLS RPM STUDIO RPM - 45 min	LES MILLS RPM STUDIO RPM - 45 min			LES MILLS RPM STUDIO RPM - 45 min	LES MILLS RPM STUDIO RPM - 45 min	
10h45	LES MILLS BODYBALANCE SALLE 1 - 1h			LES MILLS BODYBALANCE SALLE 1 - 1h	LES MILLS BODYPUMP SALLE 1 - 1h		
11h15	LES MILLS RPM STUDIO RPM - 45 min	LES MILLS RPM STUDIO RPM - 45 min		11h30 LES MILLS RPM STUDIO RPM - 45 min	LES MILLS RPM STUDIO RPM - 45 min	LES MILLS CORE SALLE 1 - 45 min	LES MILLS RPM STUDIO RPM - 45 min
12h30	LES MILLS RPM STUDIO RPM - 45 min	LES MILLS BODYBALANCE SALLE 1 - 1h LES MILLS RPM STUDIO RPM - 45 min	1 ^{er} JANVIER UNIQUEMENT	LES MILLS BODYCOMBAT SALLE 1 - 1h LES MILLS sprint STUDIO RPM - 30 min	LES MILLS BODYBALANCE SALLE 1 - 1h	LES MILLS BODYBALANCE SALLE 1 - 1h LES MILLS RPM STUDIO RPM - 45 min	LES MILLS BODYPUMP SALLE 1 - 1h LES MILLS RPM STUDIO RPM - 45 min
13h45	LES MILLS BODYPUMP SALLE 1 - 1h LES MILLS RPM STUDIO RPM - 45 min	LES MILLS CORE SALLE 1 - 45 min LES MILLS RPM STUDIO RPM - 45 min	LES MILLS BODYBALANCE SALLE 1 - 1h LES MILLS RPM STUDIO RPM - 45 min	LES MILLS BODYPUMP SALLE 1 - 1h LES MILLS RPM STUDIO RPM - 45 min	LES MILLS CORE SALLE 1 - 45 min LES MILLS RPM STUDIO RPM - 45 min	LES MILLS BODYPUMP SALLE 1 - 1h	LES MILLS BODYPUMP SALLE 1 - 1h LES MILLS RPM STUDIO RPM - 45 min
15h00	LES MILLS BODYBALANCE SALLE 1 - 1h LES MILLS RPM STUDIO RPM - 45 min	LES MILLS BODYBALANCE SALLE 1 - 1h LES MILLS sprint STUDIO RPM - 30 min	LES MILLS BODYPUMP SALLE 1 - 1h LES MILLS RPM STUDIO RPM - 45 min	LES MILLS BODYBALANCE SALLE 1 - 1h LES MILLS RPM STUDIO RPM - 45 min	LES MILLS BODYPUMP SALLE 1 - 1h LES MILLS RPM STUDIO RPM - 45 min	LES MILLS BODYBALANCE SALLE 1 - 1h LES MILLS RPM STUDIO RPM - 45 min	LES MILLS BODYATTACK SALLE 1 - 1h LES MILLS sprint STUDIO RPM - 30 min
16h15	LES MILLS CORE SALLE 1 - 45 min LES MILLS RPM STUDIO RPM - 45 min		LES MILLS CORE SALLE 1 - 45 min LES MILLS RPM STUDIO RPM - 45 min	LES MILLS BODYPUMP SALLE 1 - 1h LES MILLS RPM STUDIO RPM - 45 min	LES MILLS BODYPUMP SALLE 1 - 1h LES MILLS sprint STUDIO RPM - 30 min	LES MILLS BODYPUMP SALLE 1 - 1h LES MILLS RPM STUDIO RPM - 45 min	LES MILLS BODYBALANCE SALLE 1 - 1h LES MILLS RPM STUDIO RPM - 45 min
17h30			LES MILLS RPM STUDIO RPM - 45 min		LES MILLS RPM STUDIO RPM - 45 min		
18h30	LES MILLS RPM STUDIO RPM - 45 min			LES MILLS RPM STUDIO RPM - 45 min			
19h30				LES MILLS RPM STUDIO RPM - 45 min	LES MILLS RPM STUDIO RPM - 45 min		

**HORAIRE ESPACE
MUSCULATION- CARDIOTRAINING**

Mardi 24.12 & 31.12 : 8h - 17h
 Mercredi 25.12 : Fermé
 Mercredi 01.01 : 13h - 20h
 Lundi, jeudi, vendredi : 8h - 21h
 Samedi et dimanche : 9h - 18h

Planning susceptible de modifications.