

PLANNING COURS COLLECTIFS FITNESS Du 31 mars au 6 juillet 2025

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
9h30	C.A.F. SALLE 1 - 45 min - Xavier	LES MILLS BODYPUMP SALLE 1 - 1h - Léa	LES MILLS RPM STUDIO RPM - 45 min - Preden	LES MILLS CORE SALLE 1 - 30 min - Preden	LES MILLS BODYBALANCE SALLE 1 - 1h - Clément
10h00				LES MILLS Sprint STUDIO RPM - 30 min - Preden	
10h30	STRETCHING MOBILITÉ SALLE 2 - 45 min - Cyril	LES MILLS BODYBALANCE MOBILITÉ SALLE 1 - 45 min - Charlotte	PILATES SALLE 2 - 1h - Tamara		
12h30	LES MILLS CORE SALLE 1 - 45 min - Clément LES MILLS GRIT ATHLETIC STUDIO HBX - 30 min - Xavier	LES MILLS RPM STUDIO RPM - 45 min - Léa LES MILLS GRIT CARDIO STUDIO HBX - 30 min - Cyril	LES MILLS BODYPUMP SALLE 1 - 45 min - Xavier	LES MILLS BODYBALANCE SALLE 2 - 45 min - Tamara LES MILLS GRIT STRENGTH STUDIO HBX - 30 min - Xavier	LES MILLS RPM STUDIO RPM - 45 min - Preden
17h30	LES MILLS BODYPUMP SALLE 1 - 45 min - Clément PILATES SALLE 2 - 45 min - Cyril	C.A.F. SALLE 1 - 45 min - Cyril CROSS TRAINING STUDIO HBX - 45 min - Clément	LES MILLS CORE SALLE 1 - 45 min - Clément LES MILLS GRIT STRENGTH STUDIO HBX - 30 min - Tamara	LES MILLS BODYATTACK SALLE 1 - 45 min - Preden DANCE SALLE 2 - 45 min - Charlotte	LES MILLS BODYCOMBAT SALLE 1 - 1h - Tamara/Clément LES MILLS BODYBALANCE SALLE 2 - 45 min - Cyril
18h30	LES MILLS BODYATTACK SALLE 1 - 1h - Tamara CROSS TRAINING STUDIO HBX - 45 min - Clément	LES MILLS BODYBALANCE SALLE 2 - 1h - Cyril	LES MILLS BODYPUMP SALLE 1 - 45 min - Clément STEP SALLE 2 - 45 min - Nathan	LES MILLS BODYCOMBAT SALLE 1 - 1h - Xavier LES MILLS RPM STUDIO RPM - 45 min - Clément	LES MILLS BODYPUMP SALLE 1 - 1h - Xavier LES MILLS GRIT ATHLETIC STUDIO HBX - 30 min - Tamara
19h30	LES MILLS GRIT CARDIO STUDIO HBX - 30 min - Tamara	LES MILLS BODYBALANCE SALLE 2 - 1h - Xavier LES MILLS RPM STUDIO RPM - 45 min - Clément	LES MILLS BODYJAM SALLE 1 - 1h - Tamara HATHA YOGA SALLE 2 - 1h - Petra	LES MILLS GRIT CARDIO STUDIO HBX - 30 min - Tamara	LES MILLS RPM STUDIO RPM - 45 min - Cyril CROSS TRAINING STUDIO HBX - 45 min - Tamara
	LES MILLS Sprint STUDIO RPM - 30 min - Clément			LES MILLS GRIT CARDIO STUDIO HBX - 30 min - Tamara	
	YOGA VINYASA SALLE 2 - 1h - Andrea			19h15 HBX BOXING STUDIO HBX - 30 min - Tamara	
				20h00 YOGA VINYASA SALLE 2 - 1h - Anne	

Samedi	Dimanche
LES MILLS BODYPUMP SALLE 1 - 1h - Xavier	LES MILLS RPM STUDIO RPM - 45 min - Xavier
11h15 LES MILLS RPM STUDIO RPM - 45 min - Xavier	11h15 LES MILLS BODYBALANCE SALLE 1 - 1h - Xavier



Tous les cours sont inclus dans votre abonnement !

HORAIRES ESPACE MUSCULATION- CARDIOTRAINING

Du lundi au vendredi
8h - 21h
Samedi et dimanche
9h - 18h

INFORMATIONS & ANNULATION

04.50.84.66.86
annulation@ucpa.asso.fr

Les cours de Yoga, 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 31 mars au 6 juillet 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 BODYPUMP 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	10h00 LES MILLS BODYPUMP SALLE 1 - 1h
10h45	LES MILLS BODYBALANCE SALLE 1 - 1h		LES MILLS CORE SALLE 1 - 45 min	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	11h45 LES MILLS SPRINT STUDIO RPM - 30 min	11h30 LES MILLS RPM STUDIO RPM - 45 min	LES MILLS RPM STUDIO RPM - 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	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 CORE SALLE 1 - 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 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 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 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		LES MILLS RPM STUDIO RPM - 45 min		
18h30	LES MILLS RPM STUDIO RPM - 45 min	LES MILLS RPM STUDIO RPM - 45 min		LES MILLS RPM STUDIO RPM - 45 min			
19h30			LES MILLS RPM STUDIO RPM - 45 min				

HORAIRES ESPACE MUSCULATION- CARDIOTRAINING

Du lundi au vendredi
8h - 21h

Samedi et dimanche
9h - 18h

Planning susceptible de modifications.