

# PLANNING ENTRAINEMENTS COLLECTIFS 2020

Planning non contractuel susceptible d'être modifié en cours de saison. Respect des normes COVID en vigueur. Places limitées, réservation via application Deciplus.

Planning à partir du 31/08/2020

V cours Vidéo O'TOP (illimités sur demande pendant les heures d'accueil)

LUNDI						MARDI						MERCREDI					
La Ravoire			Challes-les-eaux			La Ravoire			Challes-les-eaux			La Ravoire			Challes-les-eaux		
O'TOP FITNESS	O'TOP RPM	O'TOP PISCINE	OPEN FITNESS	OPEN HIITBOX		O'TOP FITNESS	O'TOP RPM	O'TOP PISCINE	OPEN FITNESS	OPEN HIITBOX		O'TOP FITNESS	O'TOP RPM	O'TOP PISCINE	OPEN FITNESS	OPEN HIITBOX	
		8H15						8H15						8H15			
		AQUA BIKE						AQUA GYM									
9H15	9H15	9H15	9H15	9H15		9H15	9H15	9H15	9H15	9H15		9H15	9H15	9H15	9H15	9H15	
GYM TRAD	V RPM	AQUA BIKE	BODYSCLPT			LES MILLS BODYBALANCE	V RPM	DYNAMIC AQUA		TRX		CAF	V RPM	AQUAGYM	STEP DEBUTANT		
10H15	10H15	10H15	10H15	10H15		10H15	10H15	10H15	10H15	10H15		10H15	10H15	10H15	10H15	10H15	
PILATES niv 1	LES MILLS RPM	AQUA GYM		HBX BOXING		LES MILLS BODYPUMP	V RPM	AQUA BIKE	PILATES niv 2			STRETCHING	V RPM	AQUA BIKE		TRX	
12H30	12H30	12H30	12H30	12H30		12H30	12H30	12H30	12H30	12H30		12H30	12H30	12H30	12H30	12H30	
LES MILLS BODYPUMP	V RPM	AQUA BIKE	LES MILLS sprint			V BODYCOMBAT	LES MILLS RPM	AQUA GYM		HBX BOXING		HIIT		AQUA BIKE		CROSS TRAINING	
14H15	14H15					14H15	14H15					14H15	14H15	14H15			
V BODYBALANCE	V RPM	SAGE-FEMME				V BODYPUMP	V RPM	14H - 16H KINE				V BODYBALANCE	V RPM				
15H15	15H15	15H15				15H15	15H15				15H15	15H15	15H15				
PILATES niv 1	V RPM	AQUA GYM									V BODYPUMP	V RPM	AQUA BIKE				
16H30	16H30	16H30				16H30					16H30						
	V RPM					V SH'BAM					V BODYCOMBAT						
17H30	17H30	17H30	17H30	17H30		17H30	17H30	17H30	17H30	17H30		17H30	17H30	17H30	17H30	17H30	
LES MILLS BODYATTACK	V RPM	AQUA BIKE		TRX		PILATES niv 1	V RPM	AQUA BOXE		HBX FUSION		LES MILLS BODYBALANCE	V RPM	AQUA GYM	LES MILLS sprint		
18H30	18H30	18H30	18H30	18H30		18H30	18H30	18H30	18H30	18H30		18H30	18H30	18H30	18H30	18H30	
LES MILLS BODYPUMP	V RPM	AQUA BIKE	LES MILLS sprint	CROSS TRAINING		CAF	V RPM	DYNAMIC AQUA	STEP INTERMEDIAIRE	HBX BOXING		PILATES niv 1	LES MILLS RPM	AQUA BIKE		HBX FUSION	
19H30	19H30	19H30	19H30	19H30		19H30	19H30	19H30	19H30	19H30		19H30	19H30	19H30	19H30	19H30	
LES MILLS BODYBALANCE	LES MILLS RPM	DYNAMIC AQUA	STEP DEBUTANT	HBX BOXING		LES MILLS RPM		AQUA BIKE		LES MILLS BODYJAM		LES MILLS BODYPUMP		AQUA BIKE	STRETCHING		

JEUDI				
La Ravoire			Challes-les-eaux	
O'TOP FITNESS	O'TOP RPM	O'TOP PISCINE	OPEN FITNESS	OPEN HIITBOX
9H15	9H15	9H15	9H15	9H15
LES MILLS BODYPUMP	V RPM	AQUA BIKE		HBX BOXING
10H15	10H15	10H15	10H15	10H15
LES MILLS BODYBALANCE	LES MILLS RPM	AQUA GYM	PILATES niv 1	
11H15	11H15	11H15	11H15	11H15
12H30	12H30	12H30	12H30	12H30
LES MILLS BODYBALANCE	V RPM	DYNAMIC AQUA	CAF	
14H15	14H15	14H - 16H KINE		
V CX WORX				
15H15	15H15			
PILATES niv 1	V RPM			
16H30	16H30	16H30		
V BODYBALANCE				
17H30	17H30	17H30	17H30	17H30
LES MILLS BODYPUMP	V RPM	AQUA GYM	CAF	
18H30	18H30	18H30	18H30	18H30
	LES MILLS RPM	AQUA BIKE	LES MILLS BODYJAM	TRX
19H30	19H30	19H30	19H30	19H30
STRETCHING	V RPM	AQUA BOXE	LES MILLS sprint	CROSS TRAINING

VENDREDI				
La Ravoire			Challes-les-eaux	
O'TOP FITNESS	O'TOP RPM	O'TOP PISCINE	OPEN FITNESS	OPEN HIITBOX
			8H15	
			AQUA GYM	
9H15	9H15	9H15	9H15	9H15
PILATES niv 1	V RPM	AQUA BIKE		HBX FUSION
10H15	10H15	10H15	10H15	10H15
GYM TRAD	V RPM	AQUA GYM	LES MILLS sprint	
11H15	11H15	11H15	11H15	11H15
12H30	12H30	12H30	12H30	12H30
V SH'BAM	LES MILLS RPM	AQUA BIKE		TRX
15H15	15H15	15H15		
V BODYCOMBAT		DYNAMIC AQUA		
16H30	16H30	16H30		
V BODYPUMP				
17H30	17H30	17H30	17H30	17H30
LES MILLS BODYATTACK	V RPM	AQUA BIKE		HBX BOXING
18H30	18H30	18H30	18H30	18H30
PILATES niv 2	V RPM	DYNAMIC AQUA	ZUMBA FANESY	
19H30	19H30	19H30	19H30	19H30
	V RPM			

SAMEDI				
La Ravoire			Challes-les-eaux	
O'TOP FITNESS	O'TOP RPM	O'TOP PISCINE	OPEN FITNESS	OPEN HIITBOX
9H30	9H30	9H30	9H30	9H30
CAF	V RPM	AQUA GYM		CROSS TRAINING
10H30	10H30	10H30	10H30	10H30
V BODYCOMBAT	LES MILLS RPM	AQUA BIKE	STRETCHING	
11H30	11H30	11H30	11H30	11H30
V BODYBALANCE				
FREE ACCESS A PARTIR DE 12H				
12H30	12H30	12H30		
V BODYPUMP	V RPM			
13H30	13H30	13H30		
V SH'BAM				
14H30	14H30	14H30		
V BODYCOMBAT	V RPM			
15H30	15H30	15H30		
V CX WORX				
16H30	16H30	16H30		
V BODYPUMP	V RPM			
17H30	17H30	17H30		
V BODYBALANCE	V RPM			
18H30	18H30	18H30		
V BODYCOMBAT	V RPM			
19H30	19H30	19H30		
V BODYPUMP	V RPM			
20H30	20H30	20H30		
V CX WORX				