



# PLANNING FITNESS

Du sport, des résultats et la vie qui va avec !

du 6 JUILLET AU 30 AOUT 2015

NOUVEAU EN  
SEPTEMBRE

**HITBOX**

by planet fitness

SOYEZ PRÊTS !

Ne pas fêter sur la voie publique

CREATION IMPRESSION / HITBOX 04 42 04 92 62

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
9h15	LIA Danse	Core Focus		LES MILLS RPM <sup>R</sup>	LES MILLS BODYPUMP
10h15	Sculpt	LES MILLS BODYCOMBAT	Circuit Training	PILATES <sup>R</sup>	

■ Cours de 1h00   ■ Cours de 45'   ■ Cours de 30'

12h15	Circuit Training				Core Focus
12h30		LES MILLS BODYSTEP 30MM / LES MILLS BODYATTACK 30MM	LES MILLS BODYPUMP	PILATES <sup>R</sup>	
12h45	LES MILLS RPM <sup>R</sup>				LES MILLS BODYCOMBAT

**LES MILLS** : Les meilleurs cours collectifs du monde !

R Cours sur réservation

17h30			Core Focus		LES MILLS BODYPUMP
18h30	LES MILLS RPM <sup>R</sup>	PILATES <sup>R</sup>	LES MILLS BODYATTACK / LES MILLS RPM <sup>R</sup>	ZUMBA	LES MILLS RPM <sup>R</sup>
19h30	LES MILLS BODYCOMBAT	ZUMBA	LES MILLS BODYPUMP	LES MILLS RPM <sup>R</sup>	



Horaires : du lundi au vendredi 9h à 21h et le samedi 9h à 13h

☎ 04 42 04 92 62 - [www.aquaforme.fr](http://www.aquaforme.fr)

Fermé les jours fériés

**HITBOX**  
by planet fitness