

ONE LEVALLOIS

Tôt - Matin - Midi - Après-midi

**Horaires d'ouverture** Lundi : 07h30 à 22h00 Mardi : 07h30 à 22h00 Mercredi : 07h30 à 22h00  
Jeudi : 07h30 à 22h00 Vendredi : 07h30 à 21h00 Samedi : 09h00 à 18h00 Dimanche : 09h00 à 15h00

	<b>LUNDI</b> <b>29 avril</b>	<b>MARDI</b> <b>30 avril</b>	<b>MERCREDI</b> <b>1 mai</b>	<b>JEUDI</b> <b>2 mai</b>	<b>VENDREDI</b> <b>3 mai</b>	<b>SAMEDI</b> <b>4 mai</b>	<b>DIMANCHE</b> <b>5 mai</b>
Tôt							
7h	07h45 (45') <b>S1</b> <b>BE STRONG</b>						
Matin							
9h	09h00 (60') <b>S1</b> <b>BE FIT</b>	09h15 (45') <b>S1</b> <b>CUISSES</b> <b>ABDOS</b> <b>FESSIERS</b>		09h15 (60') <b>S1</b> <b>BODY PUMP</b>	09h15 (45') <b>S1</b> <b>BE FIT</b>	09h15 (45') <b>S1</b> <b>CUISSES</b> <b>ABDOS</b> <b>FESSIERS</b>	09h15 (60') <b>S1</b> <b>BE</b> <b>STRONG</b>
10h	10h00 (45') <b>S1</b> <b>PILATES</b>	10h00 (45') <b>S1</b> <b>STRETCHING</b>		10h15 (45') <b>S1</b> <b>STRETCHING</b>		10h00 (60') <b>S1</b> <b>BODY</b> <b>BALANCE</b> 10h15 (45') <b>SC</b> <b>CYCLING</b>	10h15 (45') <b>S1</b> <b>CUISSES</b> <b>ABDOS</b> <b>FESSIERS</b>
11h						11h00 (45') <b>S1</b> <b>CMG</b> <b>BOOTCAMP</b>	11h00 (45') <b>SC</b> <b>CYCLING</b> 11h00 (60') <b>S1</b> <b>BODY</b> <b>PUMP</b>
Midi							
12h	12h15 (60') <b>S1</b> <b>BODY PUMP</b> 12h30 (45') <b>SC</b> <b>CYCLING</b>	12h15 (45') <b>S1</b> <b>CMG</b> <b>BOOTCAMP</b> 12h30 (30') <b>SC</b> <b>BURNING</b> <b>CYCLE</b>		12h15 (45') <b>S1</b> <b>BODY</b> <b>COMBAT</b> 12h30 (30') <b>SC</b> <b>BURNING</b> <b>CYCLE</b>	12h15 (45') <b>S1</b> <b>ZUMBA</b> <b>FITNESS</b> 12h30 (30') <b>SC</b> <b>BURNING</b> <b>CYCLE</b>	12h00 (30') <b>SC</b> <b>BURNING</b> <b>CYCLE</b> 12h00 (60') <b>S1</b> <b>BODY</b> <b>PUMP</b> 13h00 (30') <b>S1</b> <b>GRIT</b> <b>CARDIO</b> 13h30 (60') <b>S1</b> <b>ZUMBA</b> <b>FITNESS</b>	12h00 (60') <b>S1</b> <b>BODY</b> <b>COMBAT</b>
13h	13h15 (30') <b>S1</b> <b>STRETCHING</b>	13h00 (45') <b>S1</b> <b>BODY</b> <b>BALANCE</b>		13h00 (45') <b>S1</b> <b>BODY PUMP</b>	13h00 (45') <b>S1</b> <b>PILATES</b>		13h00 (60') <b>S1</b> <b>BODY</b> <b>BALANCE</b>
Après-midi							
14h						14h30 (60') <b>S1</b> <b>YOGA</b> <b>(VINYASA)</b>	
BOXE							
AQUA							

CARDIO  
FORCE  
TRAINING  
BIEN-ÊTRE  
RUNNING  
CYCLING

Pour une meilleure lisibilité du planning les activités surlignées correspondent à des animations ou des cours modifiés - Arrêt des activités 30 min avant la fermeture du club

\* Informations non contractuelles, susceptibles de modifications sans préavis 23-04-2019 06:40

ONE LEVALLOIS

Soir

**Horaires d'ouverture** Lundi : 07h30 à 22h00 Mardi : 07h30 à 22h00 Mercredi : 07h30 à 22h00  
Jeudi : 07h30 à 22h00 Vendredi : 07h30 à 21h00 Samedi : 09h00 à 18h00 Dimanche : 09h00 à 15h00

	<b>LUNDI</b> <b>29 avril</b>	<b>MARDI</b> <b>30 avril</b>	<b>MERCREDI</b> <b>1 mai</b>	<b>JEUDI</b> <b>2 mai</b>	<b>VENDREDI</b> <b>3 mai</b>	<b>SAMEDI</b> <b>4 mai</b>	<b>DIMANCHE</b> <b>5 mai</b>
--	---------------------------------	---------------------------------	---------------------------------	------------------------------	---------------------------------	-------------------------------	---------------------------------

Soir

		18h00 (30') <b>S1</b> <b>Abdos</b>					
18h	18h00 (45') <b>S1</b> <b>BOXE &amp; ROPE</b>	<b>Fessiers</b> 18h30 (30') <b>SC</b> <b>BURNING CYCLE</b> 18h30 (60') <b>S1</b> <b>BODY PUMP</b>		18h00 (45') <b>S1</b> <b>CUISSES</b> <b>ABDOS</b> <b>FESSIERS</b>	18h00 (60') <b>S1</b> <b>BODY PUMP</b>		
	19h00 (45') <b>SC</b> <b>CYCLING</b>	19h30 (30') <b>S1</b> <b>GRIT CARDIO</b>		19h00 (45') <b>SC</b> <b>CYCLING</b>	19h00 (45') <b>SC</b> <b>CYCLING</b>		
19h	19h00 (60') <b>S1</b> <b>BODY COMBAT</b>	19h30 (45') <b>SC</b> <b>CYCLING</b>		19h00 (60') <b>S1</b> <b>BODY COMBAT</b>	19h00 (60') <b>S1</b> <b>BODY ATTACK</b>		
20h	20h00 (60') <b>S1</b> <b>BODY PUMP</b>	20h00 (60') <b>S1</b> <b>SOPHROLOGIE</b>		20h00 (60') <b>S1</b> <b>BODY BALANCE</b>			

BOXE  
AQUA  
CARDIO  
FORCE  
TRAINING  
BIEN-ÊTRE  
RUNNING  
CYCLING

Pour une meilleure lisibilité du planning les activités surlignées correspondent à des animations ou des cours modifiés - Arrêt des activités 30 min avant la fermeture du club

\* Informations non contractuelles, susceptibles de modifications sans préavis 23-04-2019 06:40