

RELANCEMENTS LESMILLS

VEN. 29 MARS

SAM. 30 MARS

**INVITEZ VOS AMIS !
OUVERT AUX NON-ADHÉRENTS**

**INSCRIPTIONS OBLIGATOIRES
SUR L'APPLICATION WELLNESS+**

PROGRAMME EXCEPTIONNEL DU VENDREDI 29/03 DÈS 15H00 :

15H00 AQUADYNAMIC 45'



18H30 BODYCOMBAT 45'

16H00 AQUABIKING* 45'

AQUATONUS 45'

17H30 AQUABIKING* 45'



SPRINT 30'



BODYPUMP 45'



19H30 BODYJAM 45'

17H45 CROSS TRAINING* 60'



RPM 45'

** COURS HABITUELS*

20H30 BODYBALANCE 45'

PROGRAMME EXCEPTIONNEL DU SAMEDI 30/03 LE MATIN :

09H30 BODYBALANCE 45'

10H30 RPM 45'

SPRINT 30'

11H30 BODYATTACK 45'

AQUAGYM* 45'

AQUABIKING* 45'

10H30 AQUADYNAMIC 45'

CROSS TRAINING* 60'

BODYPUMP 45'

12H30 AQUABIKING* 45'

** COURS HABITUELS*

STRETCHING* 45'



*Avec la participation exceptionnelle de Marion Tollié,
de Benjamin Thibault et d'Olivier Lacombe,
Presenter / Trainers LesMills !*

À noter : les cours ne figurant pas sur le planning ci-dessus sont exceptionnellement annulés à l'occasion des relancements.
Les cours du samedi après-midi sont quant à eux maintenus.