



PLANNING DES COURS COLLECTIFS

2025 - 2026

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

DIMANCHE

9H30-10H15

LES MILLS
TONE

TAF

TRX
TRAINING

9H30-10H30
PILATE

9H45-10H30
STEP
CARDIO

LES MILLS
9H45-10H30
BODY PUMP

10H15-10H45

STRETCHING

STRETCHING

STRETCHING

10H30 - 11H
STRETCHING

10H30-11H
ABDOS
FLASH

LES MILLS
10H40-11H25
TONE

10H30 - 11H30
CROSS
TRAINING

11H30 - 12H15
STEP
CARDIO

12H30-13H15

LES MILLS
TONE

LES MILLS
RPM

CROSS
TRAINING

TRX
TRAINING

LES MILLS
BODY PUMP

15H00-16H00

PILATE

18H10-18H55

LES MILLS
BODY PUMP

LES MILLS
BODY ATTACK

LES MILLS
RPM

LES MILLS
BODY PUMP

CROSS
TRAINING

19H00-19H45

LES MILLS
RPM

TAF

LES MILLS
BODY PUMP

LES MILLS
BODY JAM

STEP

19H50-20H45

ZEN
ATTITUDE

LES MILLS
BODY JAM

LES MILLS
BODY ATTACK

LES MILLS
TONE

HORAIRE D'OUVERTURE

DU LUNDI AU JEUDI 8H30 - 21H00

VENDREDI 9H30 - 20H00

SAMEDI 9H30 - 13H30

DIMANCHE 10H00 - 12H30

www.passionatasportschecy.com

PASSIONATA
SPORTS

