

Planning Spécial Été

DU 25 AU 31 AOÛT 2025

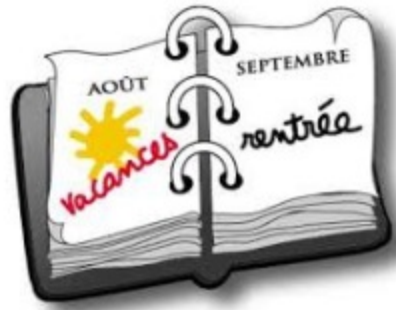
LASALLE
BAILLEUL FITNESS CLUB
CONVIVIALITÉ • ACCESSIBILITÉ • PLAISIR • SANTÉ

LES MILLS

f La salle bailleul
i La salle bailleul

Resamania

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
9h30 BIKE 45'	9h30 45' PILATES	09h30 45' GYMBALL	09h30 CIRCUIT CARDIO/RENFO 45'	
10h20 SPECIAL ABDOS 30'	10h20 45' YOGA	10h20 45' PILATES	10h20 SPECIAL ABDOS 30'	
12h30 FULL BODY 45'	12h30 SPECIAL ABDOS 30'	12h30 45' CAF	12h30 BIKE 45'	
17h45 30' FUNCTIONAL TRAINING	17h45 CAF 30'	17h45 45' STEP DEBUTANT	17h45 FULL BODY 30'	17h45 PILATES 45'
18h30 BIKE 45'	18h30 STEP 45'	18h30 DANCE 45'	18h30 CIRCUIT CARDIO 45'	18h30 SPECIAL ABDOS 30'
19h20 SPECIAL ABDOS 30'	19h20 YOGA 45'	19h20 BIKE 45'	19h20 45' CIRCUIT RENFO	18h30 CIRCUIT CARDIO/RENFO 45'



nouveaux
horaires

NEW

nouveaux
horaires



NEW

18h30
**LES MILLS
BODYPUMP**



Horaires d'ouverture



Du Lundi au Vendredi
de 8h00 à 21h00

Samedi et Dimanche
de 9h00 à 13h00

Samedi

Dimanche

10h00 45'
PILATES

10h00
CIRCUIT
COMBAT

10h00
BIKE
45'

11h00 45'
YOGA



11h00
STRETCHING
45'

- Cours de danse - Cours de cardio - Cours enfants
- Cours de renforcement - Cours zen