

































































2018-2019

 =COURS CINEMA(illimités sur demande pendant les heures d'accueil)





















LUNDI				MARDI				MERCREDI			
Salle 1	Box	Piscine	RPM	Salle 1	Box	Piscine	RPM	Salle 1	Box	Piscine	RPM
9h15	9h15	9h15	9h15	9h15		8h15	9h15	9h15	9h15	9h15	9h15
	WOD								WOD CG		
10h15		10h15	10h15	10h30	10h15	9h15		10h15	10h15	10h15	10h15
					WOD				Permanence Paramédicale		
						10h15					
											
12h30	12h30	12h30	12h30	12h30	12h30	12h30	12h30	12h30		12h30	12h30
	WOD				WOD						
14h15		14h00		14h15		14h00		14h15			
		Sage-Femme				KINE					
15h15		15h15		15h15		15h15		15h15		15h15	
											
				16h30				16h30			
											
17h30	17h30	17h30	17h30	17h30	17h30	17h30	17h30	17h30	17h30	17h30	17h30
	WOD				WOD				WOD		
18h30	18h30	18h30	18h30	18h30	18h30	18h30	18h30	18h30	18h30	18h30	18h30
	WOD CG				WOD				WOD		
19h30	19h30	19h30	19h30	19h30	19h30	19h30	18h30	19h30	19h30	19h30	19h30
	WOD				WOD				WOD		

\*Planning saison 2018/2019 du 27 Août 2018 au 7 juillet 2019. Planning non contractuel susceptible d'être modifié en cours de saison  
 Horaires d'ouverture 7j/7 6h00-23h00/ Permanences d'accueil : du lundi au vendredi 9h00-20h30 samedi 9h00-12h00

www.otop73.com 04-79-71-09-89

JEUDI				VENDREDI				SAMEDI			
Salle 1	Box	Piscine	RPM	Salle 1	Box	Piscine	RPM	Salle 1	Box	Piscine	RPM
9h15		9h15	9h15	9h15	9h15	8h15	9h15	9h30	9h30	9h30	9h30
Deb STEP		Aqua BIKE	LES MILLS RPM™	EspritZen PILATES	WOD	Aqua GYM	LES MILLS RPM™	LES MILLS BODYCOMBAT™	WOD	Aqua GYM	LES MILLS RPM™
10h15		10h15	10H30			9h15	10h15	10h30	10h30	10h30	10h30
LES MILLS BODYPUMP™		Aqua GYM	LES MILLS RPM™			Aqua BIKE	LES MILLS RPM™	LES MILLS BODYCOMBAT™	WOD	Aqua BIKE	LES MILLS RPM™
11h00		11h15		10h15		10h15	LES MILLS RPM™	LES MILLS BODYCOMBAT™	WOD compétiteur	Aqua BIKE	LES MILLS RPM™
LES MILLS BODYPUMP™		Aqua BOXE		Top ABDOS FESS		Aqua GYM					
12h30	12h30	12h30	12h30	12h30	12h30	12h30	12h30	12h30			12h30
LES MILLS BODYBALANCE™	WOD	AQUADYNAMIC™	LES MILLS RPM™	LES MILLS SH'BAM™	WOD	Aqua BIKE	LES MILLS RPM™	LES MILLS BODYPUMP™			LES MILLS RPM™
14h15						14h00					
LES MILLS CXWORX™						Sage-Femme					
15h15			15h15	15h15		15h15	15h15	14h30			14h30
EspritZen PILATES			LES MILLS RPM™	LES MILLS BODYCOMBAT™		AQUADYNAMIC™	LES MILLS RPM™	LES MILLS BODYCOMBAT™			LES MILLS RPM™
16h30				16h30				15h30			
LES MILLS BODYBALANCE™				LES MILLS BODYPUMP™				LES MILLS CXWORX™			
17h30	17h30	17h30		17h30	17h30	17h30	17h30	16h30			16h30
LES MILLS BODYPUMP™	WOD	Aqua BIKE		EspritZen PILATES	WOD	Aqua BIKE	LES MILLS RPM™	LES MILLS BODYPUMP™			LES MILLS RPM™
18H30	18H30	18H30	18H30	18H30	18H30	18H30	18H30	17h30			17h30
LES MILLS BODYATTACK™	WOD	Aqua BIKE	LES MILLS RPM™	LES MILLS BODYCOMBAT™	WOD	AQUADYNAMIC™	LES MILLS RPM™	LES MILLS BODYBALANCE™			LES MILLS RPM™
19H30	19H30	18h30	19H30				19H30	18h30			18h30
EspritZen PILATES	WOD	Aqua BOXE	LES MILLS RPM™				LES MILLS RPM™	LES MILLS BODYCOMBAT™			LES MILLS RPM™
								19h30			19h30
								LES MILLS BODYPUMP™			LES MILLS RPM™

# Dimanche

Salle 1	Box	Piscine	RPM
9h30 		9h30 	9h30 
10h30 		10h30 	
11h30 		11h30 	
12h30 			12h30 
13h30 			
14h30 			
15h30 			15h00 
16h30 			16h00 
17h30 			17h00 
18h30 			18h00 
19h30 			19h00 