

# PLANNING ENTRAINEMENTS COLLECTIFS 2022

Planning d'été non contractuel valable à partir du 27 Juin 2022 jusqu'au 04 septembre 2022, hors jours fériés et vacances scolaires

LUNDI					MARDI					MERCREDI				
La Ravoire			Challes-les-eaux		La Ravoire			Challes-les-eaux		La Ravoire			Challes-les-eaux	
O'TOP FITNESS	O'TOP RPM	O'TOP PISCINE	OPEN FITNESS	OPEN HIITBOX	O'TOP FITNESS	O'TOP RPM	O'TOP PISCINE	OPEN FITNESS	OPEN HIITBOX	O'TOP FITNESS	O'TOP RPM	O'TOP PISCINE	OPEN FITNESS	OPEN HIITBOX
8H15	8H15	8H15												
9H30	9H30	9H00			9H30	9H30	9H00			9H30	9H30	9H00	9H15	9H15
GYM TRAD	V RPM	AQUABIKE			BODYBALANCE	V RPM	DYNAMIC AQUA			CAF	V RPM	AQUA GYM		
10H30	10H30	10H00			10H30	10H30	10H00			10H30	10H30	10H00	10H15	10H15
PILATES niv 1	V RPM	AQUA GYM			STRETCHING	V RPM	AQUABIKE			STRETCHING	V RPM	AQUABIKE		
12H30	12H30	12H30	TRAVAUX		12H30	12H30	12H30	TRAVAUX		12H30	12H30	12H30	TRAVAUX	
LES MILLS BODYPUMP		AQUABIKE				LES MILLS RPM	AQUA GYM			CIRCUIT TRAINING		AQUABIKE		
14H15	14H15	14H15			14H15	14H15	14H - 16H KINE			14H15	14H15	14H15	14H30	14H30
V BODYBALANCE	V RPM				V BODYPUMP	V RPM				V BODYBALANCE	V RPM			
15H15	15H15	15H15			15H15	15H15				15H15	15H15	15H15	15H30	15H30
	V RPM	AQUA GYM									V RPM			
16H30	16H30	16H30			16H30	16H30	16H30			16H30	16H30	16H30	16H30	16H30
					V SH'BAM					V BODYCOMBAT				
17H30	17H30	17H30			17H30	17H30	17H30			17H30	17H30	17H30	17H30	17H30
STEP DEBUTANT	V RPM	AQUABIKE			STRETCHING	V RPM	AQUABOXE			LES MILLS BODYBALANCE	V RPM	AQUA GYM		
18H30	18H30	18H30			18H30	18H30	18H30			18H30	18H30	18H30	18H30	18H30
LES MILLS BODYPUMP	V RPM	AQUABIKE			CAF	V RPM	DYNAMIC AQUA			CIRCUIT TRAINING	LES MILLS RPM	AQUABIKE		
19H30	19H30	19H30			19H30	19H30	19H30			19H30	19H30	19H30	19H30	19H30
LES MILLS BODYBALANCE	LES MILLS RPM				LES MILLS BODYJAM		AQUABIKE			LES MILLS BODYPUMP		CIRCUIT TRAINING		

JEUDI				
La Ravoire			Challes-les-eaux	
O'TOP FITNESS	O'TOP RPM	O'TOP PISCINE	OPEN FITNESS	OPEN HIITBOX
9H30	9H30	9H00		
STEP DEBUTANT		AQUABIKE		
10H30	10H30	10H00		
LES MILLS BODYBALANCE	V RPM	AQUA GYM		
11H15	11H15	11H15		
12H30	12H30	12H30	TRAVAUX	
LES MILLS BODYBALANCE	V RPM	DYNAMIC AQUA		
14H15	14H15			
V CX WORX		14H - 16H KINE		
15H15	15H15			
	V RPM			
16H30	16H30	16H30		
V BODYBALANCE				
17H30	17H30	17H30		
LES MILLS BODYPUMP	V RPM	AQUA GYM		
18H30	18H30	18H30		
STEP INTERMEDIAIRE	V RPM	AQUABIKE		
19H30	19H30	19H30		
CIRCUIT TRAINING				

VENDREDI				
La Ravoire			Challes-les-eaux	
O'TOP FITNESS	O'TOP RPM	O'TOP PISCINE	OPEN FITNESS	OPEN HIITBOX
9H30	9H30	9H00		
PILATES niv 2	V RPM	AQUABIKE		
10H30	10H30	10H00		
GYM TRAD	V RPM	AQUA GYM		
11H30	11H15	11H15		
12H30	12H30	12H30	TRAVAUX	
V SH'BAM	LES MILLS RPM	CIRCUIT TRAINING		
		14H-15H PSYCHO MOTRICIENNE		
15H15	15H15	15H15		
16H30	16H30	16H30		
V BODYPUMP				
17H30	17H30	17H30		
PILATES niv 1	V RPM	AQUABIKE		
18H30	18H30	18H30		
	LES MILLS RPM	AQUABOXE		
19H30	19H30	19H30		
	V RPM			

SAMEDI				
La Ravoire			Challes-les-eaux	
O'TOP FITNESS	O'TOP RPM	O'TOP PISCINE	OPEN FITNESS	OPEN HIITBOX
9H30	9H30	9H00		
CAF	V RPM	AQUA GYM		
10H30	10H30	10H00		
V BODYCOMBAT	LES MILLS RPM	AQUABIKE		
11H30	11H30	11H30		
V BODYBALANCE				
12H30	12H30		TRAVAUX	
V BODYPUMP	V RPM			
13H30	13H30	13H30		
V SH'BAM				
14H30	14H30	14H30		
V BODYCOMBAT	V RPM			
15H30	15H30	15H30		
V CX WORX				
16H30	16H30	16H30		
V BODYPUMP	V RPM			
17H30	17H30	17H30		
V BODYBALANCE	V RPM			
18H30	18H30	18H30		
V BODYCOMBAT	V RPM			
19H30	19H30	19H30		
V BODYPUMP	V RPM			