

# PLANNING DE COURS COLLECTIFS



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
	9H00 – 9H45			9H00 – 9H45	
	GYM DOUCE			GYM DOUCE	
10H00 – 10H45	10H00 – 10H45	10H00 – 10H45		10H00 – 10H45	10H00 – 10H45
CAF	STRETCHING POSTURAL	LES MILLS BODYATTACK *		STRETCHING POSTURAL	CIRCUIT FIT
					11H00 – 11H45
					LES MILLS BODYPUMP *
12H30 – 13H00	12H30 – 13H15	12H30 – 13H15	12H30 – 13H15	12H30 – 13H00	12H30 – 13H15
HIIT BIKE	BODY SCULPT	CIRCUIT FIT	CAF	HIIT BIKE	CROSS TRAINING *
LES MILLS BODYPUMP *	CROSS TRAINING *	LES MILLS RPM *	CROSS TRAINING *		LES MILLS RPM *
					<p>Planning pouvant être modifié à tout moment de l'année en fonction de la fréquentation.</p> <p>La durée effective des cours est de 45 minutes.</p> <p>Après 5 min de retard, l'accès aux cours peut être refusé par mesure de sécurité.</p> <p>* Cours Premium disponibles aux Formules VIP ou +</p>
17H30-18H15	17H30-18H15	17H30-18H15	17H30-18H15	17H30-18H15	
CAF	STEP	BODY SCULPT	STEP	LES MILLS BODYATTACK	
18H30-19H15	18H30-19H15	18H30-19H15	18H30-19H15	18H30-19H15	
BIKING	CROSS TRAINING *	GIGA TRAMPO	CROSS TRAINING *	GIGA TRAMPO	
	LES MILLS BODYATTACK *		LES MILLS BODYPUMP *		
19H30-20H15	19H30-20H15	19H30-20H15	19H30-20H15	19H30-20H15	
LES MILLS BODYPUMP *	CAF	ZUMBA	LES MILLS RPM *	ZUMBA	

GIGAFIT Bellerive-sur-Allier

3 Avenue du Général de Gaulle,  
03700 Bellerive-sur-Allier

Rejoignez la communauté



Retrouvez-nous sur  
[www.gigafit.fr](http://www.gigafit.fr)