



GIGA FIT
BELLERIVE

PLANNING COURS COLLECTIFS

SEPTEMBRE à JUIN 2022 - 2023

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
10h - 10h45 CAF	9h30 - 10h15 GYM DOUCE	10h - 10h45 GYM DOUCE		9h30 - 10h15 GYM DOUCE	9h30 - 10h 100 % abdos
	10h30 - 11h15 STRETCHING POSTURAL	11h - 11h45 LES MILLS RPM		10h30 - 11h15 STRETCHING POSTURAL	10h15 - 11h15 LES MILLS BODYPUMP
12h30 - 13h LES MILLS Sprint	12h30 - 13 h GIGA TRAMPO	12h30 - 13h 100% abdos	12h30 - 13h BODY SCULT	12h30 - 13h HIIT BIKE	Fitness illimité = 20 cours Fitness premium = 34 cours
17h45 - 18h30 CAF	17h45 - 18h30 STEP 1	17h45 - 18h30 BODY SCULT	17h30 - 18h25 STEP 2	17h45 - 18h30 GIGA TRAMPO	
18h30 - 19h15 LES MILLS RPM	18h30 - 19h15 LES MILLS BODYCOMBAT	18h30 - 19h LES MILLS Sprint	18h30 - 19h15 LES MILLS BODYPUMP	18h30 - 19h15 LES MILLS BODYCOMBAT	La durée effective des cours est de 30 à 45 minutes Après 5 minutes de retard, l'accès aux cours peut-être refusé par mesure de sécurité
18h45 - 19h30 CROSS TRAINING	19h15 - 20h CROSS TRAINING	18h30 - 19h15 LES MILLS BODYPUMP	19h - 19h45 CROSS TRAINING LES MILLS RPM		
19h30 - 20h15 LES MILLS BODYPUMP	19h30 - 20h15 CAF	19h30 - 20h15 ZUMBA	19h30 - 20h STRETCHING	19h30 - 20h15 ZUMBA	

Fitness illimité = 20 cours

Fitness premium = 34 cours

La durée effective des cours est de 30 à 45 minutes

Après 5 minutes de retard, l'accès aux cours peut-être refusé par mesure de sécurité

Les cours marqués d'un rectangle vert sont des cours pretium (abonnements FITNESS PREMIUM, VIP, GOLD, ou option cours collectifs pretium).

GIGAFIT Bellerive

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

Retrouvez-nous sur



@gigafit.bellerive_



@gigafit.bellerive