

PLANNING

2024

DU 08/01/24 AU 30/06/24

FIT'TEIX

SALLE DE SPORT PRIVÉE | DEPUIS 2013

06 RUE LA BONNE RENCONTRE
QUINCY VOISINS



01 61 10 21 83

L - M 08:30 - 22:00
ME - J - V 09:00 - 22:00
S 09:00 - 19:00
D 09:00 - 13:00

- DANSE
- CARDIO
- ZEN
- RENFORCEMENT

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
1 10:15 - 11:00 BODYSCULPT	1 09:45 - 10:45 BODYPUMP	1 10:00 - 10:45 BODYSCULPT	1 10:00 - 10:45 CAF	1 10:15 - 11:15 BODYBALANCE	1 09:30 - 10:30 BODYPUMP
1 11:15 - 12:15 BODYBALANCE	1 10:45 - 12:00 YOGA	1 11:00 - 11:45 PILATES	1 11:00 - 11:30 CORE	1 11:30 - 12:15 BODYSCULPT	2 09:30 - 10:15 ATTACK
3 12:30 - 13:15 RPM		1 12:15 - 13:15 YOGA	1 11:30 - 12:00 STRETCHING	3 12:30 - 13:15 RPM	3 10:30 - 11:30 RPM XL
	1 17:30 - 18:00 BODYPUMP	1 17:30 - 18:15 CROSS	1 17:30 - 18:15 BODYSCULPT		1 10:30 - 11:30 NEW LES MILLS DANCE
1 17:45 - 18:15 NEW BODYSCULPT	4 17:45 - 18:30 CIRCUIT		2 18:15 - 19:15 AFRODANSE		4 11:30 - 12:15 NEW CROSS
2 17:45 - 18:30 ATTACK	1 18:00 - 18:30 CORE		3 18:30 - 19:15 RPM		1 11:45 - 12:30 BODYCOMBAT
1 18:15 - 18:45 NEW ABDOS	3 18:30 - 19:30 RPM XL				
4 18:30 - 19:15 CROSS	1 18:30 - 19:30 ZUMBA	2 18:30 - 19:30 PILATES	2 19:15 - 20:45 YOGA XL		
3 18:45 - 19:30 RPM	1 18:30 - 19:30 CARDIO BOXE	1 18:30 - 19:15 CARDIO BOXE			
2 19:00 - 19:45 NEW STRETCHING		3 18:30 - 19:15 RPM			
1 19:45 - 20:30 BODYCOMBAT		2 19:30 - 20:30 BODYBALANCE	1 19:30 - 20:15 BODYCOMBAT		
3 19:45 - 20:30 RPM		3 19:30 - 20:30 RPM XL			
		4 19:30 - 20:15 CIRCUIT			

NEW NOUVEAUTE

- Réservations et annulations obligatoires pour tous les cours via Club Connect
- Ouverture des réservations la veille à 12h et fermeture 30min avant le début du cours
- Annulations jusqu'à 1h avant le début du cours
- Bonnet de bain obligatoire en piscine et maillot de bain uniquement
- (Sous vêtements et shorts interdits)
- Chaussons d'aquagym recommandés
- Nage libre :

Tous les jours en dehors des cours collectifs

LIMITE LE Mercredi 14h - 17h30 et Samedi 13h30 - 19h

Swimstar (apprentissage de la nage)

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
10:00 - 10:45 AQUABIKE	10:00 - 10:45 AQUACROSS	10:00 - 10:45 AQUABIKE	10:00 - 10:45 AQUAGYM	10:00 - 10:45 AQUABIKE	10:30 - 11:15 AQUABIKE
11:00 - 11:45 AQUAGYM	11:00 - 11:45 AQUABIKE	11:00 - 11:45 AQUAGYM	11:00 - 11:45 AQUABIKE	11:00 - 11:45 AQUAGYM	11:30 - 12:15 AQUAGYM
12:30 - 13:15 AQUABIKE		12:30 - 13:15 AQUABIKE	12:30 - 13:15 AQUAGYM	12:30 - 13:15 AQUABIKE	12:30 - 13:15 AQUABIKE
17:45 - 18:30 AQUABIKE	17:45 - 18:30 AQUAGYM	17:45 - 18:30 AQUABIKE	17:45 - 18:30 AQUABIKE		DIMANCHE 09:45 - 10:30 AQUABIKE
18:45 - 19:30 AQUAGYM	18:45 - 19:30 AQUABIKE	18:45 - 19:30 AQUAGYM	18:45 - 19:30 AQUAGYM		10:45 - 11:30 AQUAGYM
19:45 - 20:30 AQUABIKE		19:45 - 20:30 AQUABIKE	19:45 - 20:30 AQUABIKE		