

# Club Rives du gave - PLANNING

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

**OUVERTURE à 9h00**

**OUVERTURE à 7h30**

**OUVERTURE à 9h00**

9h30-10h00

9h30-10h00

9h30-10h00

9h30-10h30

9h30-10h00

CIRCUIT TRAINING

PILATES

CIRCUIT TRAINING

YOGA

HIIT

10h00-10h30

TRX

10h30-11h00

ETIREMENTS

**FERME**

10h30-11h10

PILATES

10h00-10h30

INTEGRAL

10h30-11h00

CARDIO BIKE

11h00-11h45

ZEN

12h45-13h15

12h45-13h15

12h45-13h15

12h45-13h15

**Fermeture  
à 12h**

CARDIO BIKE

HIIT

HIIT

TRX

12h50-13h20

PILATES

CIRCUIT TRAINING

**FERMETURE de 13h30 à 17h30**

17h45-18h15

17h45-18h25

17h45-18h40

17h45-18h15

INTEGRAL

PILATES

YOGA

TRX

18h20-19h20

18h30-19h00

18h45-19h15

18h30-19h10

18h30-19h00

YOGA

TRX

TABLETTES

PILATES

DANCE STEP

19h30-20h00

19h15-19h45

19h30-20h00

19h15-19h45

19h00-19h30

BOXING

DANCE STEP

CIRCUIT TRAINING

CARDIO BIKE

INTEGRAL

19h45-20h15

19h45-20h15

20h00-20h40

19h45-20h15

19h30-20h15

CARDIO BIKE

INTEGRAL

PILATES

HIIT

ZEN

**FERME**

**FERMETURE à 20h30**

**FERMETURE à 21h00**

**FERMETURE à 20h30**