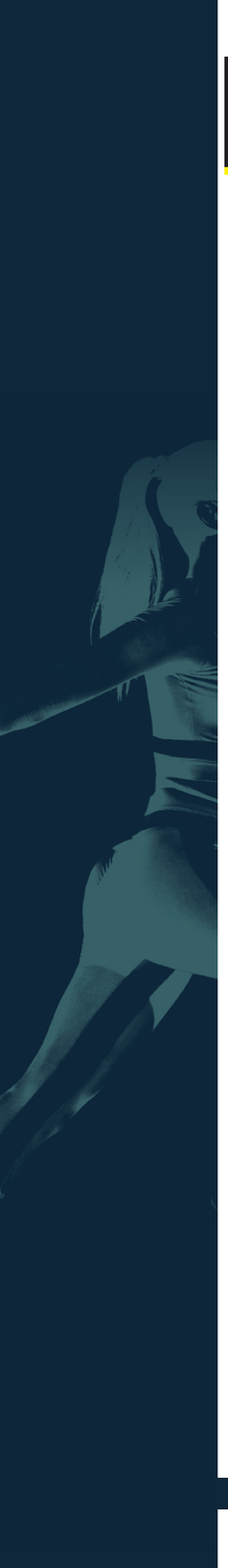

STUDIO SALLE DE FITNESS ACCESSIBLE DU LUNDI AU VENDREDI DE 11H45 À 14H15

12H 13H 14H 18H 19H 20H 21H

15 30 45 15 30 45 15 30 45 15 30 45 15 30 45

LUNDI	PILATES AQUA FIT	AQUA JUMP		ZUMBA	YOGA
MARDI	GROUP CYCLE BACK FIT NEW AQUA BIKE	NEW AQUA CIRCUIT		AQUA JUMP BODY SHAPE	AQUA BIKE AQUA BIKE
MERCREDI	GROUP CYCLE AQUA BIKE			PILATES AQUA CIRCUIT	ZUMBA AQUA FIT
JEUDI	YOGA AQUA JOGGING			CORE TRAINING AQUA BIKE	AQUA BIKE
VENDREDI	GROUP CYCLE AQUA FIT	AQUA CIRCUIT		POWER WORKOUT	
DIMANCHE	10H45 - 11h30 AQUA CIRCUIT	11H45 - 12h30 AQUA FIT		15H45 - 16h30 NEW AQUA BIKE	16H40 - 17h15 NEW AQUA JUMP

Nouvel horaire et nouveau cours à partir du 11.03.2025

Nouveaux cours à partir du 16.03.2025

Cours de fitness

Cours aquatique au bassin Sport & Santé / Profondeur : 45 / 140 cm / 32°C

Cours aquatique au bassin Olympique 50m / Profondeur : 220 cm / 28°C

INFOS & RESERVATION SUR **SHOP.COQUE.LU**