

PLANNING JUILLET/ AOÛT 2025

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
10H						BODY PUMP 45'
10H30						
11H						RPM 45'
12H						
12H30	BODY PUMP 30'	RPM 45'	BODY BALANCE 45'	LESMILLS CORE 30'	SD 45'	



Flash-moi !

BÉNÉFICIEZ DE COURS
À HAUTE ÉNERGIE
100% LES MILLS AVEC

HORAIRES :

Lundi : 9h45 - 13h30 / 17h00 - 20h00

Mardi : 9h45 - 13h30 / 17h30 - 20h30

Mercredi : 9h45 - 13h30 / 17h30 - 20h30

Jeudi : 9h45 - 13h30 / 17h30 - 20h30

Vendredi : 9h45 - 13h30 / 17h00 - 20h00

Samedi : 9h45 - 12h15

Dimanche : 9h45 - 12h15

17H30	FIT & FLOW BARRE 30'								
18H	PILATES 45'		SD 45'	SPRINT 30'	RPM 45'	BODYPUMP 45'	SPRINT 30'	LES MILLS CORE 45'	
18H30									
19H	BODYPUMP 45'	RPM 45'	BODY COMBAT 45'		PILATES 60'	19h15 SD	RPM 45'	BODY BALANCE 45'	
19H30									
20H			RPM 45'						
20H30									
21H									
21H30									

3 Bis rue de l'Ile d'Or, 18 000 Bourges

WWW.BE-ENERGYM.FR

