

COURS COLLECTIFS

Septembre 2025

ILLIMITÉS

	L	M	M	J	V	S		
09H15	100% ABDOS	F.A.C.	100% ABDOS	F.A.C.	100% ABDOS	F.A.C.		
10H15	URBAN Sculpt	PILATES	STRETCHING	PILATES		HIIT Pump PILATES		
11H15	STRETCHING					ZUMBA fitness		
12H00						NOUVEAU MMA		NOUVEAU MMA
17H45	100% ABDOS					Cross Kids Accès à la carte 17H30 - 18H30	100% ABDOS	
18H30	HIIT Pump	 BOXE Française 18H30 - 21H00	HIIT Cardio	VOIR SUR... f	 BOXE Française 19H00 - 21H00 (1)			
19H30	HIIT Cardio		HIIT Pump	ZUMBA fitness				
20H15								

PILATES

Coaching en Salle du Lundi au Vendredi de 9h à 12h et de 14h à 20h.

Tous les Cours sont en accès illimité, sans réservation !

FAITES UN ESSAI
GRATUIT

URBAN



 **FitCenter**
Le sport qui me convient



À LA CARTE OU EN LICENCE⁽¹⁾

Carte de 1, 5, 10, 15 ou 20 séances, dès 4€ la séance !

L M M J V S

CROSSTRaining 12H00 - 13H00	CROSSTRaining 12H00 - 13H00	MMA 12H15 13H30	CROSSTRaining 12H00 - 13H00	CROSSTRaining 12H00 - 13H00	MMA 12H15 13H30
TRAINING BOXE ANGLAISE 18H30 - 20H00 BOXING	CROSSTRaining 17H00 - 18H30	17H30 Créneau Doublé CROSSkids CROSSado	TRAINING BOXE ANGLAISE 18H30 - 20H00 BOXING	17H30 Créneau Doublé CROSSTRaining CROSSado	CROSSTRaining 14H30 - 16H00
CROSSTRaining 20H15 - 21H45		CROSSTRaining 20H15 - 21H45	CROSSTRaining 20H15 - 21H45		CROSSTRaining 10H30 - 12H00