

Planning Fitness

Septembre 2026
à Juin 2027

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Samedi

Dimanche

10:15 | ⌚ 45 min
Swiss Ball

11:15 | ⌚ 45 min
Body Sculpt

12:20 | ⌚ 45 min
Cross Training Intensity

12:30 | ⌚ 1h
Yoga Vinyasa

15:30 | ⌚ 45 min
Pilates

17:15 | ⌚ 45 min
Gym Douce

18:15 | ⌚ 45 min
Circuit Forme

19:15 | ⌚ 45 min
Cuisses Abdos Fessiers

09:15 | ⌚ 1h
Pilates

11:15 | ⌚ 45 min
Cuisses Abdos Fessiers

12:20 | ⌚ 45 min
Circuit Forme

17:15 | ⌚ 45 min
Cuisses Abdos Fessiers

18:15 | ⌚ 1h
Cross Training Intensity

18:15 | ⌚ 1h
Pilates

19:30 | ⌚ 30 min
Abdos Express

10:15 | ⌚ 1h
Yoga Hatha

11h30 | ⌚ 45 min
Pilates

12:30 | ⌚ 30 min
Abdos Express

17:15 | ⌚ 45 min
Swiss Ball

18:15 | ⌚ 45 min
Step

19:15 | ⌚ 45 min
Stretching

10:00 | ⌚ 1h
Yoga Vinyasa

11:15 | ⌚ 45 min
Body Sculpt

12:20 | ⌚ 45 min
Cross Training Discovery

12:20 | ⌚ 45 min
Pilates

17:15 | ⌚ 45 min
Cross Training Intensity

18:15 | ⌚
Cuisses Abdos Fessiers

19:15 | ⌚ 45 min
Body Sculpt

10:15 | ⌚ 45 min
Gym Douce

11:15 | ⌚ 45 min
Stretching

12:20 | ⌚ 45 min
Body Barre

18:15 | ⌚ 1h
Yoga Vinyasa

Planning sous réserve de modifications

Piscine du Carrousel - 2 Cours du Parc - 21000 Dijon // nager-grimper.metropole-dijon.fr // 01 87 21 54 60