COMPLEXE SPORTIF JEAN MÉDECIN

PLANNING DES COURS COLLECTIFS FITNESS – Saison 2025-2026

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
08H30	CUISSES ABDOS FESSIERS	BODYSCULPT	PILATES	RENFO	BODYSCULPT	
09H30	PILATES	GYMBALL	RENFO	GYMBALL	STRETCHING	ELASTI'FIT
10H30	STRETCHING	STRETCHING	STRETCHING	STRETCHING	GYM DOUCE	STEP
11H30						RENFO
12H30	RENFO	ZUMBA FITNESS	BODYZEN	RENFO	BIKE	STRETCHING
17H30	ABDOS	STRETCHING	ABDOS FESSIERS	CORE MOBILITY	ELASTI'FIT	LÉGENDE : Force, Cardio, Souplesse, Danse
18H	RENFO	LESMILLS BODYJAM	STEP	LESMILLS BODYJAM	L.I.A	
19H	LESMILLS BODYCOMBAT	RENFO	GYMBALL	RENFO	STRETCHING	

OUVERTURE SALLE CARDIO MUSCULATION :

DU LUNDI AU VENDREDI DE 08H30 À 20H / LE SAMEDI DE 9H À 16H

Renseignements au 04 93 86 24 01 et sur : nice.fr

VILLE DE NICE