COMPLEXE SPORTIF JEAN MÉDECIN

FITNESS - SEPTEMBRE 2026

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
08H30	CUISSES ABDOS FESSIERS	ELASTI'FIT	PILATES	T.B.C	RENFO	
09H30	PILATES	GYMBALL	RENFO	GYMBALL	STRETCHING	RENFO
10H30	STRETCHING	STRETCHING	STRETCHING	YOGA	GYM DOUCE	STEP
11H30						STRETCHING
12H30	RENFO	ZUMBA FITNESS	BODYZEN	CIRCUIT TRAINING	BIKE	
17H30	STRETCHING	ABDOS	ABDOS FESSIERS	MOBILITY	ELASTI'FIT	LÉGENDE : Force, Cardio, Souplesse, Danse
18H	RENFO	LesMILLS BODYJAM	STEP	LesMILLS BODYCOMBAT	L.I.A	
19H	LesMILLS BODYCOMBAT	RENFO	STRETCHING	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