








COMPLEXE SPORTIF JEAN MÉDECIN

FITNESS – ETE 2026 – du 29 juin au 12 septembre 2026 inclus

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	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		ABDOS		MOBILITY		LÉGENDE :  Force  Cardio  Souplesse  Danse
18H		 LES MILLS BODYJAM		 LES MILLS BODYCOMBAT		
19H		RENFO		RENFO		

OUVERTURE SALLE CARDIO MUSCULATION :

LUNDI-MERCREDI-VENREDI DE 8H30 À 18H / MARDI-JEUDI DE 8H30 À 20H / LE SAMEDI DE 9H À 16H

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

