

**CET ÉTÉ,  
FAITES DES EXCÈS  
DE SPORT !**

**JEAN BOUIN**  
**FITNESS**



VILLE DE  
**NICE**

# JEAN BOUIN

## FITNESS

Du 1<sup>er</sup> juillet au 31 août 2023

### LUNDI

9h15-10h  
PILATES

10h05-11h



11h15-12h  
BIKE / YOGA  
*Grande salle*

12h30-13h30  
BODYSCULPT

17h-17h30  
LES MILLS  
CXWORX

17h45-18h30  
LES MILLS  
SH'BAM

18h35-19h30  
LES MILLS  
BODYATTACK / YOGA

19h35-20h30  
LES MILLS  
BODYPUMP

### MARDI

9h15-10h  
FAC

10h05-11h



11h05-12h  
PILATES

12h30-13h30  
CROSS  
TRAINING

17h-17h30  
FAC

17h35-18h30  
LES MILLS  
BODYPUMP

18h35-19h30  
BIKE / LES MILLS  
BODYCOMBAT

19h35-20h30  
CROSS  
TRAINING

### MERCREDI

9h15-10h10  
BODYSCULPT

10h15-11h10

BIKE  
11h15-12h  
STRETCHING

12h30-13h30  
LES MILLS  
BODYPUMP

17h-17h30  
BOOT CAMP

17h35-18h30  
LES MILLS  
BODYBALANCE

18h35-19h30  
BIKE / ZUMBA

19h35-20h15  
LES MILLS  
CXWORX

### JEUDI

9h15-10h15  
LES MILLS  
BODYPUMP

10h15-11h  
STRETCHING

11h-11h45  
PILATES

12h30-13h30  
BIKE

17h-17h30  
100% ABDO

17h35-18h30  
LES MILLS  
BODYATTACK

18h35-19h30  
LES MILLS  
BODYPUMP

19h35-20h30  
CROSS  
TRAINING

### VENDREDI

9h15-10h  
ZUMBA / YOGA  
*Petite salle*

10h05-11h  
BODYSCULPT

11h05-12h  
LES MILLS  
BODYBALANCE

12h30-13h30  
LES MILLS  
BODYCOMBAT

17h-17h30  
LES MILLS  
CXWORX

17h35-18h30  
BIKE / LES MILLS  
BODYCOMBAT

18h35-19h30  
LES MILLS  
BODYPUMP

19h35-20h30  
LES MILLS  
BODYBALANCE

### SAMEDI

9h15-10h  
BIKE

10h05-11h



11h05-12h  
LES MILLS  
BODYBALANCE

12h15-13h  
CROSS  
TRAINING

Du lundi au vendredi de 9h à 21h  
et le samedi de 9h à 17h  
[www.nice.fr](http://www.nice.fr) - 04 97 13 49 57



Fitness\_jean\_bouin



Jean Bouin Fitness

