

# JUILLET/AOÛT



Du lundi au vendredi :  
de 09h00 à 14h00 - de 17h00 à 21h00  
Le samedi :  
de 09h30 à 14h00



Cours vidéos  
Sur grand écran !

## PLANNING ÉTÉ 2024

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
10h00 - 10h45 <b>BODYSculPT</b>	10h00 - 10h30 <b>GYM DOUCE</b>	10h00 - 10h45 <b>CUISSES ABDOS FESSIERS</b>	10h00 - 10h45 <b>LES MILLS BODYPUMP</b>		10h00 - 10h45 <b>LES MILLS BODYPUMP</b>
10h50 - 11h35 <b>GOOD BALANCE</b>	10h30 - 11h00 <b>STRETCHING</b>				11h00 - 11h45 Studio Cycle <b>RPM</b> Salle Cours Co <b>REGGAETON</b>
12h30 - 13h15 <b>LES MILLS BODYPUMP</b>	12h30 - 13h00 <b>SPEED CYCLING</b>	12h30 - 13h15 <b>PILATES</b>	12h30 - 13h00 <b>BOXING TRAINING</b>	12h30 - 13h15 <b>GOOD ATTACK</b>	12h00 - 13h00 <b>ZUMBA fitness</b>
18h30 - 19h15 Studio Cycle <b>RPM</b> Salle Cours Co <b>STRONG</b>	18h00 - 18h30 <b>BOXING TRAINING</b>	17h50 - 18h20 <b>HIIT TRAINING</b>	18h00 - 19h00 <b>LES MILLS BODYPUMP</b>	17h50 - 18h20 <b>BOXING TRAINING</b>	
19h20 - 20h20 <b>ZUMBA fitness</b>	18h50 - 19h35 <b>GOOD COMBAT</b>	18h25 - 19h25 <b>LES MILLS BODYPUMP</b>	19h05 - 20h05 <b>GOOD BALANCE</b>	18h30 - 19h00 <b>HIIT TRAINING</b>	
19h30 - 20h00 <b>FUNCTIONAL TRAINING</b>	19h40 - 20h25 <b>GOOD BALANCE</b>	19h30 - 20h15 <b>LES MILLS RPM</b>		19h10 - 19h40 <b>SPEED CYCLING</b>	

10 RUE DES ÉPOUX LESGOURGUES - 33400 TALENCE  
Www.fitness-goodgym.com - 05 56 80 51 91