



SPORT SANTÉ

LE TOUQUET

# PLANNING COURS

## Rentrée 2022

Réservation obligatoire sur l'application :  
[member.resamania/axesportsante](http://member.resamania/axesportsante)

CHOISISSEZ VOTRE TYPE DE COURS :

■ DOUX ■ RENFO ■ CARDIO ■ DANSE

**NEW**  
**LES MILLS**  
FOR A FITTER PLANET

### MATIN

#### LUNDI

09H15-10H00  
**LES MILLS**  
**BODYPUMP**

10H15-11H00  
AXE PILATES

#### MARDI

09H15-10H00  
**LES MILLS**  
**RPM**

10H15-11H00  
AXE GYM DOUCE

#### MERCREDI

09H15-10H00  
AXE PILATES

10H15-11H00  
AXE STRETCHING

#### JEUDI

09H15-10H00  
**LES MILLS**  
**BODYATTACK**

10H15-11H00  
AXE TOTAL BODY

#### VENDREDI

09H15-10H00  
**LES MILLS**  
**CORE**

10H15-11H15  
AXE YOGA DOUX

#### SAMEDI

10H15-11H00  
AXE PILATES

11H15-12H00  
**LES MILLS**  
COURS SURPRISE

### MIDI

12H30-13H00  
**LES MILLS**  
**BODYATTACK**

12H30-13H00  
**LES MILLS**  
**CORE**

12H30-13H15  
AXE BIKING

12H30-13H00  
**LES MILLS**  
**BODYPUMP**

### SOIR

17H30-18H15  
AXE GYM DOUCE

17H15-18H00  
AXE DANSE LATINO KIDS

17H15-18H00  
AXE BOXE KIDS

17H30-18H15  
AXE GYM DOUCE

18H30-19H15  
**LES MILLS**  
**CORE**

18H30-19H15  
AXE PILATES

18H30-19H15  
AXE DANSE LATINO

18H30-19H15  
AXE BIKING

19H30-20H15  
**LES MILLS**  
**RPM**

19H30-20H15  
**LES MILLS**  
**BODYATTACK**

19H30-20H30  
AXE YOGA DYNAMIQUE

19H30-20H15  
AXE BOXE SUR SAC

19H30-20H15  
AXE CROSS TRAINING

