

LUNDI

8h/20h

10h15
45" **Trio GYM**

17h30
30' **Cross
Training**

18h15
30' **LES MILLS
BODYPUMP**

MARDI

9h/21h30

10h15
30' **Cross
Training**

12h30
30' **LES MILLS
BODYPUMP**

18h15
30' **Cross
Training**

MERCREDI

9h/20h

10h15
30' **C.A.F**

10h45
30' **Stretch**

**Permanence
Accueil**

Lundi
9h30/13h30
17h00/20h00

Mardi
9h30/13h00
17h30/19h30

Mercredi
10h00/13h00

Jeudi
10h00/13h00
17h00/20h00

Vendredi
9h/17h30

JEUDI

9h/20h

10h15
30' **LES MILLS
BODYBALANCE**

12h30
30' **Cross
Training**

17h45
30' **GYM**

18h30
30' **LES MILLS
BODYBALANCE**

VENDREDI

8h/20h

10h15
30' **LES MILLS
BODYPUMP**

16h30
30' **C.A.F**

Cours sur
réservation
Uniquement



SAMEDI

10h/17h45

DIMANCHE

9h30/17h

ATLANTIDES

Avenue de Volos 72100 LE MANS

02.43.78.24.39

atlantides@oclub-lemans.fr

Accès par le premier étage
du centre aquatique des Atlantides



Retrouvez notre actualité sur le FaceBook du club: **O CLUB Atlantides**