

MON PLANNING FITNESS

ALBI

LUNDI 09h - 21h	09h30 BODYPUMP Durée : 45mn	10h30 PILATES Durée : 45mn	12h30 RPM Durée : 45mn			18h00 CAF Durée : 45mn	18h45 CIRCUIT TRAINING Durée : 45mn	
MARDI 09h - 21h	09h30 CAF Durée : 45mn	10h30 STRETCH Durée : 45mn	12h30 CIRCUIT TRAINING Durée : 45mn				18h30 BODYPUMP Durée : 45mn	19h30 RPM Durée : 45mn
MERCREDI 09h - 21h	09h30 PILATES Durée : 45mn		12h30 BODYPUMP Durée : 45mn				18h30 RPM Durée : 45mn	19h30 STRETCH Durée : 45mn
JEUDI 09h - 21h	09h30 BODYSCULPT Durée : 45mn		12h30 RPM Durée : 45mn				18h30 BODYPUMP Durée : 45mn	19h30 RPM Durée : 45mn
VENDREDI 09h - 21h	09h30 BODYPUMP Durée : 45mn	10h30 BODYBALANCE Durée : 45mn	12h30 YOGA Durée : 45mn			17h30 ABDOS FESSIERS Durée : 45mn	18h30 RPM Durée : 45mn	
SAMEDI 10h - 14h	09h30 BODYPUMP Durée : 45mn	11h30 RPM Durée : 45mn	19h30 STRETCH Durée : 45mn					

PLANNING ÉTÉ 2025
FERMETURE ESTIVALE DU 4 AU 18 AOÛT

DIMANCHE
Fermé

Pensez à réserver votre séance dans votre espace membre
sur www.movidaclub.fr ou sur l'Application DÉCIPLUS

MOVIDA
Le sport-plaisir

MON PLANNING AQUA

ALBI

LUNDI 09h - 21h	09h30 AQUAFITNESS Durée : 45mn		12h30 AQUABIKE* Durée : 45mn				18h30 AQUABIKE* Durée : 45mn	19h30 AQUATRaining Durée : 45mn
MARDI 09h - 21h	09h30 AQUABIKE* Durée : 45mn	10h30 AQUACIRCUIT Durée : 45mn	12h30 AQUATRaining Durée : 45mn				18h00 AQUABOXING Durée : 45mn	19h00 AQUACIRCUIT Durée : 45mn
MERCREDI 09h - 21h	09h30 AQUATRaining Durée : 45mn		12h30 AQUAFITNESS Durée : 45mn	14h00 COURS DE NATATION Durée : 30mn	15h00 COURS DE NATATION Durée : 30mn	16h00 COURS DE NATATION Durée : 30mn	17h00 COURS DE NATATION Durée : 30mn	
JEUDI 09h - 21h	09h30 AQUACIRCUIT Durée : 45mn						18h30 AQUATRaining Durée : 45mn	
VENDREDI 09h - 21h	09h30 AQUAFITNESS Durée : 45mn	10h30 AQUABIKE* Durée : 45mn	12h30 AQUACIRCUIT Durée : 45mn				18h30 AQUABIKE* Durée : 45mn	
SAMEDI Fermé	PLANNING ÉTÉ 2025 FERMETURE ESTIVALE DU 4 AU 18 AOÛT							

DIMANCHE
Fermé

*Activités à la carte

Pensez à réserver votre séance dans votre espace membre
sur www.movidaclub.fr ou sur l'Application DÉCIPLUS

MOVIDA
Le sport-plaisir