

LUNDI 08h - 22h00

- 10h00 **CAF**
Durée : 45min
- 10h00 **COACH TIME**
Durée : 60min
- 10h45 **YOGA**
Durée : 60min
- 12h30 **CAF**
Durée : 45min
- 12h30 **RPM**
Durée : 50min
- 17h30 **TRX**
Durée : 45min
- 17h45 **CAF**
Durée : 45min
- 18h30 **BODYPUMP**
Durée : 60min
- 18h30 **COACH TIME**
Durée : 60min
- 19h30 **BODYCOMBAT**
Durée : 60min
- 19h30 **RPM**
Durée : 50min

MARDI 08h - 21h30

- 09h30 **RPM**
Durée : 50min
- 09h30 **TRX**
Durée : 45min
- 10h30 **PILATES / MOBILITY STRETCH**
Durée : 60min
- 12h30 **BODYATTACK**
Durée : 45min
- 12h30 **TRX**
Durée : 45min
- 16h00 **TRX**
Durée : 45min
- 17h30 **PILATES**
Durée : 45min
- 17h30 **COACH TIME**
Durée : 60min
- 18h15 **STEP**
Durée : 45min
- 18h30 **RPM**
Durée : 50min
- 19h00 **AFROPOP**
Durée : 60min
- 19h15 **COACH TIME**
Durée : 60min

MERCREDI 08h - 21h30

- 10h00 **SCULPT**
Durée : 45min
- 10h45 **PILATES / STRETCH**
Durée : 60min
- 12h30 **COACH TIME**
Durée : 45min
- 12h30 **BODYPUMP**
Durée : 45min
- 17h45 **TRX**
Durée : 45min
- 17h45 **SCULPT**
Durée : 45min
- 18h30 **COACH TIME**
Durée : 60min
- 18h30 **BODYATTACK**
Durée : 60min
- 19h30 **CXWORX**
Durée : 30min
- 20h00 **BODYPUMP**
Durée : 45min

JEUDI 08h - 21h30

- 09h30 **TRX**
Durée : 45min
- 10h15 **DOS RELAX**
Durée : 45min
- 12h00 **CXWORX**
Durée : 30min
- 12h30 **BODYCOMBAT**
Durée : 45min
- 17h30 **COACH TIME**
Durée : 60min
- 17h45 **CAF**
Durée : 45min
- 18h30 **PACK FIGHT**
Durée : 45min
- 18h30 **RPM**
Durée : 50min
- 19h15 **YOGA**
Durée : 60min
- 19h30 **TRX**
Durée : 45min

VENDREDI 08h - 21h

- 10h00 **BODYPUMP**
Durée : 45min
- 10h45 **STRETCH**
Durée : 45min
- 12h30 **YOGA**
Durée : 45min
- 12h30 **RPM**
Durée : 50min
- 17h30 **COACH TIME**
Durée : 60min
- 18h30 **CROSS TRAINING**
Durée : 45min
- 19h30 **AFROPOP**
Durée : 60min

SAMEDI 09h - 19h

- 10h00 **BODYPUMP**
Durée : 60min
- 11h15 **RPM**
Durée : 50min

DIMANCHE FERME

* COURS SUR RÉSERVATION



05 62 20 05 65

10, Allée Pablo Picasso,
31120 Portet / Garonne
www.movidaclub.fr



LUNDI 08h - 22h00

- 10h00 **AQUACARDIO**
Durée : 45min
- 10h45 **AQUATRaining**
Durée : 45min

- 12h30 **AQUABIKE****
Durée : 45min

- 15h30 **AQUABIKE****
Durée : 45min

- 18h15 **AQUATRaining**
Durée : 45min
- 19h15 **AQUABIKE****
Durée : 45min

MARDI 08h - 21h30

- 10h00 **AQUATRaining**
Durée : 45min
- 11h00 **AQUACARDIO**
Durée : 45min

- 12h30 **AQUABOXING**
Durée : 45min

- 18h30 **AQUACARDIO**
Durée : 45min
- 19h30 **AQUABIKE****
Durée : 45min

MERCREDI 08h - 21h30

- 10h00 **AQUABOXING**
Durée : 45min
- 11h00 **AQUABIKE****
Durée : 45min

- 12h30 **AQUATRaining**
Durée : 45min

- 17h45 **AQUABIKE****
Durée : 45min
- 18h30 **AQUABIKE****
Durée : 45min
- 19h30 **AQUACARDIO**
Durée : 45min

JEUDI 08h - 21h30

- 09h30 **AQUAGYM DOUCE****
Durée : 45min
- 10h30 **AQUATRaining**
Durée : 45min

- 12h30 **AQUACARDIO**
Durée : 45min

- 15h30 **AQUABIKE****
Durée : 45min

- 18h30 **AQUATRaining**
Durée : 45min
- 19h30 **AQUABIKE****
Durée : 45min

VENDREDI 08h - 21h

- 10h00 **AQUACARDIO**
Durée : 45min

- 12h30 **AQUABIKE****
Durée : 45min

- 18h00 **AQUACARDIO**
Durée : 45min
- 19h00 **AQUABIKE****
Durée : 45min

SAMEDI 09h - 19h

- 09h30 **BÉBÉS NAGEURS****
Durée : 45min
- 10h30 **AQUATRaining**
Durée : 45min

- 12h30 **AQUABIKE****
Durée : 45min

- 17h30 **BÉBÉS NAGEURS****
Durée : 45min

DIMANCHE FERME

** ACTIVITÉ À LA CARTE
TOUTES LES ACTIVITÉS AQUATIQUES SONT SUR
RÉSERVATION VIA NOTRE SITE INTERNET OU
L'APPLICATION MYMOVIDA



05 62 20 05 65

10, Allée Pablo Picasso,
31120 Portet / Garonne
www.movidaclub.fr