

# PLANNING COURS COLLECTIFS

A PARTIR DU 1ER AOÛT 2025

# CENTRAL FIT

CLUB DE SPORT

★ ACCESSIBLE AVEC ABONNEMENT ESSENTIAL & PRIVILEGE

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

DIMANCHE

10h30 (30')

**BODYSULPT**

11h00 (30')

**PILATES** ★

11h30 (30')

**STRETCHING**

12h30 (45')

**LES MILLS  
RPM** ★

18h30 (30')

**PILATES** ★

19h00 (45')

**HIIT**

19h45 (45')

**LES MILLS  
RPM** ★

18h30 (45')

**CROSS  
TRAINING**

19h15 (45')

**LES MILLS  
BODYPUMP** ★

20h00 (45')

**MOBILITE**

18h15 (30')

**PILATES** ★

18h45 (30')

**HIIT**

19h15 (60')

**YOGA VINYASA** ★

19h15 (45')

**BODYSULPT**

18h30 (45')

**LES MILLS  
BODYPUMP** ★

19h15 (30')

**ATHLETIC INTENSE** ★

19h45 (45')

**STRETCHING**

10h30 (45')

**LES MILLS  
BODYPUMP** ★

12h15 (45')

**CIRCUIT  
TRAINING**

13h00 (30')

**CUISSES FESSIERS**

18h15 (45')

**CROSS  
TRAINING**

19h00 (45')

**BODYSULPT**

19h45 (30')

**LES MILLS  
RPM** ★

10h30 (45')

**LES MILLS  
BODYPUMP** ★

11h15 (45')

**LES MILLS  
RPM** ★

11h15 (60')

**ZUMBA**

12h00 (30')

**MOBILITE**

10h00 (45')

**PILATES** ★

10h45 (60')

**HATHA YOGA** ★

10h45 (30')

**CUISSES ABDOS FESSIERS**

11h15 (30')

**BODYSULPT**

11h45 (45')

**HIIT**

## HORAIRES DU CLUB

LUNDI À JEUDI 7H00 - 22H00

VENDREDI 7H00 - 21H00

SAMEDI 9H00 - 17H00

DIMANCHE 9H00 - 17H00

### 07 85 37 35 19

[centralfitchanrenton@gmail.com](mailto:centralfitchanrenton@gmail.com)



RESERVATION LesMills, Yoga, Pilates SUR L'APP  
CLUB CONNECT  
À PARTIR DE 8H LA SEMAINE / 9H LE WEEK END