

LUNDI

10H15 **TRIO GYM**
45'

17H30 **CROSS TRAINING**
30'

18H15 **BODY BARRE**
30'

MARDI

10H15 **CROSS TRAINING**
30'

12H30 **BODY BARRE**
30'

18H00 **C.A.F**
45'

MERCREDI

10H15 **C.A.F**
30'

10H45 **STRETCH**
30'

*Cours sur
réservation
uniquement*

JEUDI

10H15 **BODY ZEN**
45'

17H45 **GYM**
30'

18H20 **BODY ZEN**
30'

VENDREDI

10H15 **BODY BARRE**
30'

14H30 **TRIO GYM**
45'

ATLANTIDES

AVENUE DE VOLOS 72100 LE MANS
02.43.78.24.39
ATLANTIDES@OCLUB-LEMANS.FR

HORAIRES SALLE

Lundi et Vendredi : 8h / 19h

Mardi 9h / 21h30

Mercredi et Jeudi : 9h / 19h

Samedi : 10h / 17h45

Dimanche et jours fériés : 9h30 / 17h

PERMANENCE ACCUEIL

Lundi : 9h30 / 13h
16h45 / 19h

Mardi : 9h30 / 13h15
17h30 / 19h30

Mercredi : 9h30 / 13h

Jeudi : 9h30 / 12h30
16h30 / 19h

Vendredi : 9h / 17h30

