

PLANNING DU LUNDI 16 DÉCEMBRE 2024 AU DIMANCHE 05 JANVIER 2025

WellNess Sport Club Genève Wilson

	MATIN			MIDI		APRÈS-MIDI			SOIR							
	7h	8h	9h	10h	11h	12h	13h	14h	15h	16h	17h	18h	19h	20h	21h	22h
Lundi 07h-22h				Bodysculpt 09h15 (45')	Stretching 10h15 (45')		Bodypump* 12h30 (45')					Bodysculpt 17h30 (45')	Step 18h30 (45')	Cross Training* 19h30 (45')	Pole Dance* 20h30 (45')	
				Aquabiking* 09h15 (45')	Aquagym* 10h15 (45')		Aquabiking* 12h30 (45')					Aquabiking* 17h30 (45')	RPM* 18h30 (45')	Sprint* 19h30 (30')		
Mardi 07h-22h				Body Postural 09h15 (45')			Cross Training* 12h30 (45')				Pilates 16h30 (45')		Boxing* 18h30 (45')	Bodypump* 19h30 (45')		
				Aquabiking* 09h15 (45')	Aquaboxe* 10h15 (45')		Aquacardio* 12h30 (45')	Aquagym* 14h00 (45')				Aquabiking* 17h30 (45')	RPM* 18h30 (45')	Aquaboxe* 19h30 (45')	Aquabiking* 19h30 (45')	
Mercredi 07h-22h				Bodypump* 09h15 (45')			Pilates 12h30 (45')						Bodypump* 18h30 (45')	Boxing* 19h30 (45')	Yoga Anti-stress 20h30 (45')	
				Aquabiking* 09h15 (45')	Aquapilates* 10h15 (45')		RPM* 12h30 (45')				Aquagym* 16h30 (45')		Aquabiking* 18h30 (45')	Aquaboxe* 19h30 (45')		
Jeudi 07h-22h				Bodysculpt 09h15 (45')			Boxing* 12h30 (45')						Bodycombat 18h30 (45')			
				Aquabiking* 09h15 (45')	RPM* 10h15 (45')		Aquaboxe* 12h30 (45')					Aquabiking* 17h30 (45')	Aquacardio* 18h30 (45')	Sprint* 19h30 (30')	Aquabiking* 19h30 (45')	
Vendredi 07h-22h					Abdos-Stretching 10h15 (45')		Bodysculpt 12h30 (45')						C.A.F. 17h30 (45')	Zumba 18h30 (45')	Boxing* 19h30 (45')	
	Aquagym* 07h30 (45')			Aquaboxe* 10h15 (45')			Aquabiking* 12h30 (45')					Aquaboxe* 17h30 (45')	Aquabiking* 18h30 (45')			
Samedi 09h-17h				Pilates 09h30 (45')	Bodypump* 10h30 (45')	Abdos - Stretching 11h30 (45')										
				Aquacardio* 09h30 (45')	Aquabiking* 10h30 (45')	Aquaboxe* 11h30 (45')	RPM* 12h30 (45')									
Dimanche 09h-17h				Abdos-Stretching 09h30 (45')	Bodypump* 10h30 (45')	Boxing * 11h30 (45')										
				Aquabiking* 09h30 (45')	Aquabiking* 10h30 (45')	Aquaboxe* 11h30 (45')	Aquagym* 12h30 (45')									

* Cours sur réservation

Salle de cours	Studio Bike	Piscine
----------------	-------------	---------

Votre fitness sera ouvert **les Mardis 24 et 31 Décembre de 9h00 à 17h00.**
Fermeture exceptionnelle de votre fitness **les Mercredis 25 Décembre et 1^{er} Janvier.**