



PLANNING COURS COLLECTIFS

// RENTRÉE 2026 • À PARTIR DU 1ER SEPTEMBRE • 44 COURS / SEMAINE

SAISON 2026-2027

⚠ RÉSERVATION OBLIGATOIRE

MATIN

MIDI

SOIR

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
09h00						09h00-09h45 XTREM BIKE Annissa
10h00	09h30-10h15 CUISSES ABDOS FESSIERS Véro V.	09h30-10h15 XTREM BODY FIT Emmanuelle	09h30-10h15 POWER ABDOS Louan	09h30-10h15 CUISSES ABDOS FESSIERS Kelly	09h30-10h15 ZUMBA Kelly	09h45-10h30 CUISSES ABDOS FESSIERS Annissa
11h00	10h15-11h00 XTREM SCULPT FONCTIONNAL Véro V.	10h15-11h00 TRX Louan	10h15-11h00 CALORIES KILLER Louan	10h15-11h00 XTREM BIKE Kelly	10h15-11h00 XTREM MIX Kelly	10h30-11h15 CIRCUIT TRAINING Annissa
	11h00-11h45 STRETCH Véro V.	11h00-11h45 CUISSES ABDOS FESSIERS Emmanuelle	11h00-11h45 CIRCUIT TRAINING Louan	11h00-11h45 PILATES Kelly	11h00-11h45 XTREM BIKE Kelly	11h15-12h00 PILATES Annissa
12h00						
	12h30-13h15 XTREM BIKE Véro V.	12h15-13h00 XTREM PUMP Emmanuelle	12h30-13h15 XTREM BOXING Louan	12h15-13h15 YOGA Amandine	12h15-13h00 GYM POWER Kelly	ACCÈS LIBRE 24 H / 24
17h00				17h00-17h45 XTREM ATTACK Celia		
18h00	17h45-18h30 XTREM SCULPT Véro O.	17h45-18h30 TRX Véro V.	17h45-18h30 XTREM SCULPT Annissa	17h45-18h30 STEP Celia	17h45-18h30 STEP Véro V.	
19h00	18h30-19h15 CUISSES ABDOS FESSIERS Véro O.	18h30-19h15 CUISSES ABDOS FESSIERS Sam	18h30-19h15 PILATES Annissa	18h30-19h15 CUISSES ABDOS FESSIERS Celia	18h30-19h15 TRX Véro V.	ACCÈS LIBRE 24 H / 24
	19h15-20h00 ZUMBA Véro O.	19h15-20h00 XTREM BOXING Véro V.	19h15-20h00 ZUMBA Emmanuelle	19h15-20h15 YOGA Amandine	19h15-20h00 CIRCUIT TRAINING Véro V.	

Amandine Annissa Celia Emmanuelle Kelly Louan Sam Véro O. Véro V.

XTREMFIT • 26 chemin des Gargonies • 13190 Allauch
Accès salle 24h/24 - 7j/7 • cours inclus • réservation obligatoire