






# PLANNING 2024


3 BIS RUE DE L'ÎLE D'OR 18000 BOURGES

WWW.BE-ENERGYM.FR



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
10H	PILATES 60'			BODY PUMP 45'		BODY PUMP 45'	RPM 45'
10H30							
11H	BODY BALANCE 	BODY PUMP 	LESMILLS CORE 	BODY COMBAT 	SH'BAM 	RPM 45'	BODYBALANCE 45'
12H	45'	45'	45'	45'	45'		
12H30	LESMILLS CORE 30'	BODYBALANCE 45'	BODYPUMP 45'	GRIT 30'	RPM 45'		

17H30							
18H		LESMILLS DANCE 45'	RPM 45'	BODYPUMP 30'	GRIT 30'		
18H30				BODYCOMBAT 30'	LES MILLS CORE 30'		
19H	BODY PUMP 30'	BODY PUMP 55'	RPM 55'	PILATES 60'	RPM 45'	BODY BALANCE 30'	
19H30	BODYCOMBAT 30'						
20H	BODY BALANCE 30'	STRECHING 30'	GRIT 30'	STRENGHT DEVELOPMENT 45'		RPM 45'	
20H30							
21H							
21H30							

BÉNÉFICIEZ DE COURS  
À HAUTE ÉNERGIE  
100% LESMILLS AVEC  
COACHS OU EN CINÉMA   
MÊME LE DIMANCHE !

**HORAIRES D'OUVERTURE**  
Lundi : 9h45-13h30 / 18h45-21h  
Mardi : 10h45-13h30 / 17h45-21h  
Mercredi : 10h45-13h30 / 17h45-21h  
Jeudi : 9h45-13h30 / 17h45-21h  
Vendredi : 10h45-13h30 / 17h45-21h  
Samedi : 9h45-12h15  
Dimanche : 9h45-12h15