

COURS EN GROUPE AVEC COACH

EXCLUSIF AUX MEMBRES EXTRA

Terrebonne

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

DIMANCHE

LesMills BODYATTACK
8:15 - 9:00 Marie

LesMills BODYSTEP
9:00 -10:00 Noémie

LesMills BODYPUMP
9:00 - 10:00 Marie

LesMills tone
8:30 - 9h20 Noémie

LesMills BODYPUMP
9:20 - 10:20 Noémie

LesMills BODYATTACK
9:30 - 10:00 Josiane

LesMills BODYPUMP
10:15 - 11:15 Marie

LesMills BODYSTEP
10:20 - 11:20 Noémie

LesMills STRENGTH
10:00 - 10:50 Josiane

LesMills PILATES
11:15 -12:00 Marie

LesMills BODYPUMP
16:45-17:45 Noémie

LesMills BODYSTEP
17:00- 18:00 Élyssa

LesMills BODYSTEP
17:00-18:00 Noémie

LesMills tone
17:45-18:35 Josiane

LesMills PILATES
18:05 - 18:50 Audrey

LesMills BODYPUMP
18:50 - 19:50 Audrey

**Semaine
du**

22 décembre 2025

MISE EN FORME
Éconofitness

COURS EN GROUPE AVEC COACH

EXCLUSIF AUX MEMBRES EXTRA

Terrebonne

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

DIMANCHE

LesMills BODYATTACK
8:15 - 9:00 Marie

LesMills BODYSTEP
9:00 -10:00 Noémie

LesMills BODYPUMP
9:00 - 10:00 Marie

LesMills tone
8:30 - 9h20 Noémie

LesMills BODYPUMP
9:20 - 10:20 Noémie

LesMills BODYATTACK
9:30 - 10:00 Josiane

LesMills BODYPUMP
10:15 - 11:15 Marie

LesMills BODYSTEP
10:20 - 11:20 Noémie

LesMills STRENGTH
10:00 - 10:50 Josiane

LesMills PILATES
11:15-12:00 Marie

LesMills BODYBALANCE
11:00-12:00 Jean-Alexandre

LesMills BODYPUMP
16:45-17:45 Noémie

LesMills BODYSTEP
17:00- 18:00 Élyssa

LesMills tone
17:45-18:35 Josiane

LesMills PILATES
18:05 - 18:50 Audrey

LesMills BODYPUMP
18:50 - 19:50 Audrey

LesMills BODYSTEP
17:00-18:00 Noémie

Terrebonne

**Semaine
du**

29 décembre 2025

MISE EN FORME
Éconofitness