



# PLANNING 2022

## ESPACE SUN HIIT

ESPACE SUNHIIT	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
7H00	NEW SUNFIT 60'		NEW SUNFIT 60'		NEW SUNFIT 60'	
10H00						
11H00		COACHING GROUP 45'			COACHING GROUP 45'	
12H15	CROSS TRAINING 45'	TABATA TRX 45'	NEW 12H30 SUNFIT 60'	HARD TRX 30'	NEW 12H30 SUNFIT 60'	10H45 TRX 60'
13H00	NEW SUNFIT 60'			12H45 CROSS TRAINING 45'		
16H00		COACHING GROUP 45'				<b>RESAS HIIT</b> Réservation OBLIGATOIRE  <b>SUNFIT</b> Tarif à la séance uniquement hors abonnement
17H30		17H45 HIIT 45'		17H45 CROSS TRAINING 45'	HIIT 45'	
18H00			18H15 HIIT BOXING 45'		18H15 CROSS TRAINING 45'	
18H30	TRX 45'			18H30 FUNCTIONAL FUSION 45'		
19H00	19H15 HIIT BOXING 45'	19H15 FUNCTIONAL FUSION 45'	TRX 45'			
19H30				NEW SUNFIT 60'		



# PLANNING 2022

## ESPACE SUNPULSE

ESPACE SUNPULSE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
9H30				<b>NEW</b> FULL BODY 45'	<b>NEW</b> BODYSculpT 45'	
10H15				YOGA VINYASA 45'	STRETCHING 45'	
12H15	BODYPUMP 45'				<b>SUNHIIT</b> FUNCTIONAL FUSION 45'	
12H30		BODYBALANCE 55'	<b>SUNHIIT</b> HIIT BOXING 45'	BODYPUMP 55'		
12H45						
13H00	<b>SUNHIIT</b> HIIT 45'				<b>SUNHIIT</b> HIIT BOXING 45'	
15H00						
17H30		17H45 BODYPUMP 45'	FULL BODY 45'	17H45 BODYSculpT 45'		
18H00					18H15 BODYPUMP 45'	
18H30		BODYCOMBAT 55'		<b>NEW</b> 18H30 BODYCOMBAT 55'		
19H00						
19H30	BOXE FRANÇAISE 90'	YOGA VINYASA 45'	BOXE FRANÇAISE 90'			



# PLANNING 2022

## ESPACE SUNDANCE

ESPACE SUNDANCE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
9H30	ZBV 45'	BODYBALANCE 55'	<b>NEW</b> CAF 45'			
10H15	PILATES 45'			PILATES 45'		10H45 BODYBALANCE 55'
12H15		STEP 45'	<b>NEW</b> CAF 45'	ZBV 45'		
12H30	BODYCOMBAT 55'					
12H45						
13H00		ABDOS FESSIERS 45'	<b>NEW</b> HIIT ABDOS 30'	BODYBALANCE 45'	PILATES 45'	
15H00						
17H30	C.A.F. 45'				BODYBALANCE 45'	
18H00	18H15 DANSE MIX 55'		<b>NEW</b> 18H15 STEP 45'			
18H30		18H45 ZBV 45'		<b>NEW</b> 18H45 PILATES 45'		
19H00	19H15 BODYBALANCE 55'					
19H30		HIP HOP 55'		HIP HOP 55'		



# PLANNING 2022

## ESPACE SUNCYCLE

ESPACE SUNCYCLE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMEDI
<b>9H30</b>						9H45 RPM 45'
<b>10H15</b>						
<b>12H15</b>					RPM 45'	
<b>12H30</b>		RPM XL 55'	RPM 45'			
<b>12H45</b>						
<b>13H00</b>	RPM CONTRE LA MONTRE 30'					
<b>15H00</b>						<b>RESAS RPM</b> Réservation OBLIGATOIRE de votre cours jusqu'à 30min à l'avance sur sungym-aix.fr (via un ordinateur) ou sur l'application DECIPLUS (code centre sungym)
<b>17H30</b>						
<b>18H00</b>						
<b>18H30</b>		RPM 45'				
<b>19H00</b>	19H15 RPM 45'		<b>NEW</b> 19H15 RPM 45'	19H15 RPM 45'	RPM 45'	