



# PLANNING ETE 2022

## ESPACE SUN HIIT

Espace Sun Hiit	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
10h00						
11h00						
12h15	CROSS TRAINING 45'	TABATA TRX 45'	12H30 SUNFIT 45'			
13h00	SUNFIT 45'			TRX 45'	HIIT BOXING 45'	
16h00						<b>RESAS HIIT</b> Réservation Obligatoire de votre cours jusqu'à 72h à l'avance sur l'application Deciplus (code centre sungym).
17h00		17H45 CROSS TRAINING 45'				
18h00	18H15 HIIT BOXING 45'		18h15 HIIT 45'	18H15 FUNCTIONAL FUSION 45'		
18h30						
19h00			TRX 45'		19H15 HIIT 45'	
19h30						



# PLANNING ETE 2022

## ESPACE SUNPULSE

Espace Sun Pulse	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMEDI
9H30	10h PILATES 45'	BODYBALANCE 55'		C.A.F. 45'	BODYSCULPT 45'	
10H15					STRETCHING 45'	10H45 PILATES 55'
12h15	BODYCOMBAT 45'		HIIT ABDOS 45'	BODYPUMP 45'		
12H30						
12H45						
13H00				BODYBALANCE 45'		
15H00						
17H30	C.A.F. 45'	17h45 BODYPUMP 45'	FULL BODY 45'	17H45 BODYSCULPT 45'	17H45 BODYPUMP 45'	
18H00	18H15 BODYBALANCE 55'					
18H30				BODYCOMBAT 55'		
19H00		19H15 PILATES 45'				
19H30				PILATES 45'		



# PLANNING ETE 2022

## ESPACE SUNCYCLE

Espace Sun Cycle	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
9h30						9h45 RPM
10h15						
12h15					RPM	
12h30						
12h45						<b>RESAS RPM</b> Réservation Obligatoire de votre cours jusqu'à 72h à l'avance sur l'application Deciplus (code centre sungym).
13h00	RPM	RPM	RPM			
15h00						
17h30						
18h00						
18h30		RPM			RPM	
19h00	19H15 RPM					