

PLANNING COURS 2026

À PARTIR DU 1^{ER} MAI

Lundi

Mardi

Mercredi


Jeudi

Vendredi

Samedi

Dimanche

9h15 - 10h15
Body Sculpt 

10h15 - 10h45
Stretching 


9h15 - 10h15
LES MILLS BODYBALANCE 


10h15 - 11h15
Pilates 


9h15 - 10h15
Body Sculpt 


9h15 - 10h15
Pilates Sculpt 


10h15 - 11h15
LES MILLS BODYBALANCE 


09h15 - 10h15
Pilates 


10h15 - 11h15
Yoga 


10h30 - 11h00
CIRCUIT TRAINING 


12h15 - 13h00
Cycling 


10h15 - 10h45
Cycling Xpress 


10h15 - 10h45
CIRCUIT TRAINING 


10h45 - 11h45
Cycling 

11h00 - 11h30
CORE WORKOUT 


12h00 - 13h00
T A F C 

13h00 - 13h30
Stretching 

10h15 - 11h15
LES MILLS BODYATTACK CORE 

10h15 - 10h45
HBX BOXING 

11h00 - 11h30
H.I.I.T. 

11h30 - 12h30
ZUMBA 


17h30 - 18h30
T A F C 


18h00 - 18h30
TRX 


18h45 - 19h45
Cycling 

18h45 - 19h15
H.I.I.T. 

20h00 - 21h00
LES MILLS BODYBALANCE 

18h00 - 18h40
Pilates 

18h45 - 19h45
LES MILLS BODYPUMP 

20h00 - 21h00
ZUMBA 


17h30 - 18h30
Pilates 

18h00 - 18h45
HBX FUSION 

18h45 - 19h45
LES MILLS BODYATTACK 


18h45 - 19h30
CIRCUIT TRAINING 


17h45 - 18h45
Body Sculpt 

18h00 - 18h30
HBX BOXING 

18h45 - 19h30
HBX FUSION 

19h00 - 20h00
Cycling 

18h00 - 18h30
HBX BOXING 

18h00 - 19h00
LES MILLS BODYPUMP 

➤ Tous les cours ainsi que les team trainings doivent être réservés via l'application



DA VINCI

PRIVATE FITNESS & WELLNESS
LE CODE DE LA FORME

RUE PROVINCIALE, 239
1301 BIERGES
TÉLÉPHONE: 010 / 842 822
WWW.DAVINCI-FITNESS.COM