

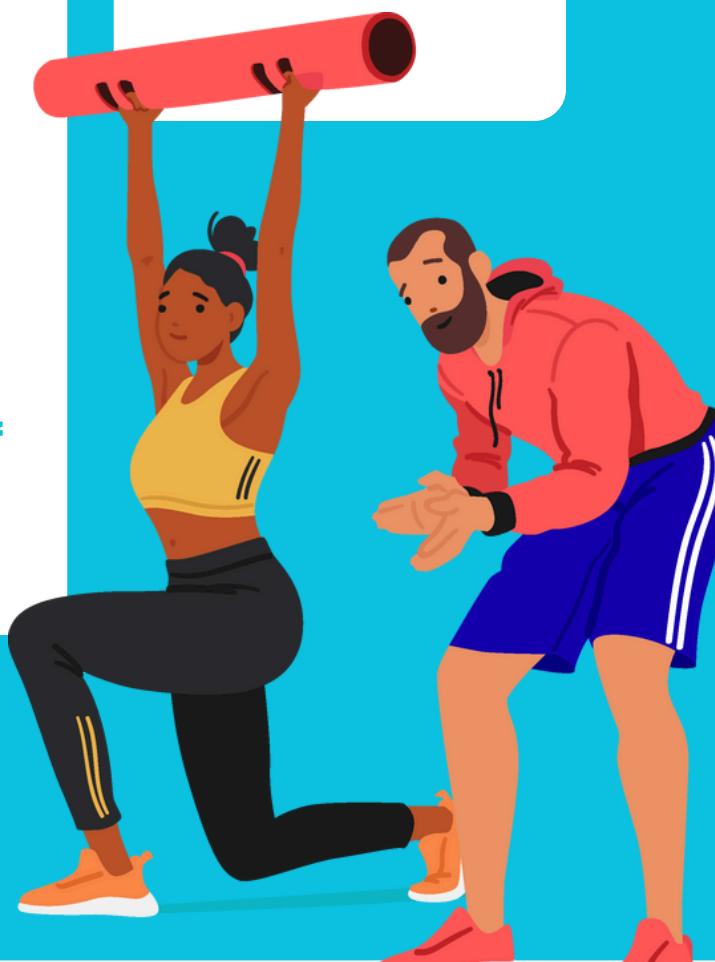
## HORAIRES D'OUVERTURE DE LA SALLE CARDiO/MUSCULATION

**LUNDI****11h  
à 14h**Rendez-vous  
bilans  
personnalisés**MARDI****11h  
à 14h**Rendez-vous  
bilans  
personnalisés**MERCREDi****11h  
à 14h**Rendez-vous  
bilans  
personnalisés**JEUDi****11h  
à 14h**Rendez-vous  
bilans  
personnalisés**VENDREDi****11h  
à 14h**Rendez-vous  
bilans  
personnalisés**SAMEDi****10h  
à 14h**Présence  
du coach sportif  
et animation**17h  
à 20h**Présence  
du coach sportif  
et animation

Les usagers doivent être sortis de  
l'établissement à l'heure de fermeture  
indiquée sur le présent planning.



**AVIGNON**  
Ville d'exception

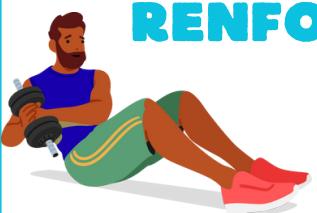


# Avi'Forme PLANNING

LUNDI

• 11h15 •

**TOTAL  
RENFO**



• 12h15 •

**CROSS  
TRAiNiNG**



• 17h15 •

**AFC**



• 18h15 •

**AVi'  
DANCE**



MARDI

• 11h15 •

**AFC**



• 12h15 •

**FIT  
BOXE**



• 17h15 •

**FIT  
BOXE**



• 18h15 •

**CROSS  
TRAiNiNG**



MERCREDI

• 12h15 •

**STEP  
CARDiO**



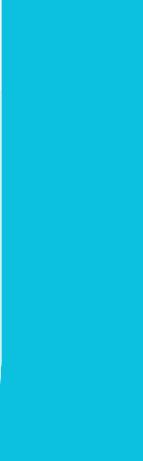
• 13h15 •

**HIiT**



• 18h15 •

**CROSS  
TRAiNiNG**



JEUDI

• 11h15 •

**CROSS  
TRAiNiNG**



• 12h15 •

**AVi'  
DANCE**



• 17h15 •

**BODY  
BARRE**



• 18h15 •

**FIT  
BOXE**



VENDREDI

• 11h15 •

**GYM  
POSTURAL**



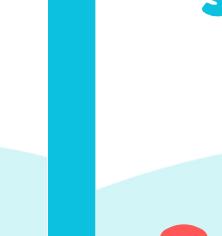
• 12h15 •

**STRETCHiNG**



• 17h15 •

**AVi'  
MOUV  
STRONG**



• 18h15 •

**CROSS  
TRAiNiNG**



SAMEDI

• 10h15 •

**FiT  
BOXE**



• 11h15 •

**CROSS  
TRAiNiNG**



AVIGNON  
Ville d'exception

# HORAIRES D'OUVERTURE DE L'ESPACE BIEN ÊTRE

## SAUNAS - HAMMAMS - JACUZZIS

| LUNDI                          | MARDI                          | MERCREDI                       | JEUDI                          | VENDREDI                       | SAMEDI                         | DIAMANCHE                      |
|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|
| <b>11h30</b><br><b>à 13h30</b> | <b>10h30</b><br><b>à 12h30</b> | <b>9h15</b><br><b>à 11h15</b>  |
| —                              | —                              | —                              | —                              | —                              | —                              | —                              |
| <b>18h30</b><br><b>à 20h30</b> | <b>18h30</b><br><b>à 20h30</b> | <b>14h00</b><br><b>à 16h00</b> | <b>18h30</b><br><b>à 20h30</b> | <b>16h00</b><br><b>à 18h00</b> | <b>15h00</b><br><b>à 17h00</b> | <b>11h30</b><br><b>à 13h30</b> |
| —                              | —                              | —                              | —                              | —                              | —                              | —                              |
| <b>18h30</b><br><b>à 20h30</b> |                                |                                |                                | <b>18h30</b><br><b>à 20h30</b> |                                |                                |

Réservation obligatoire auprès des agents d'accueil

Les usagers doivent être sortis de l'espace bien être à l'heure de fermeture indiquée sur le présent planning.