

# PLANNING

## Cours collectifs Ramadan 2025

[www.citizengymclub.com](http://www.citizengymclub.com)

Horaires :

11h00-15:30 :lundi, mercredi.

10:45-17:00 samedi.

11h00-15h30/20h30-23h00  
dimanche, mardi, jeudi.

**Dim.**

11:15	60'	Body sculpt / Fac	Nadia
12:30	60'	Aquabiking*	Nadia
21:15	60'	Caf	Loubna
21:15	60'	Aquagym	Nadia
22:15	30'	Stretch	Loubna

**Jeu.**

11:15	60'	Pilates	Badiaa
12:30	60'	Aqua Pilates	Badiaa
21:15	60'	Zumba	Ouissem
21:15	60'	Aquabiking*	Nadia

**Lun.**

11:15	60'	Pilates	Badiaa
12:30	60'	Aquabiking*	Lynda
13:30	60'	Aquagym	Lynda
13:30	90'	Yoga	Aicha

**Sam.**

11:15	120'	Renforcement musculaire	
13:15	60'	Zumba	Ouissem
13:30	60'	Aquabiking*	Nadia
15:00	60'	Danse classique#	

**Mar.**

11:15	60'	Aquabiking*	Nadia
12:15	60'	Aquagym	Nadia
21:15	60'	Renforcement musculaire	Loubna
21:15	60'	Pilates	Badiaa

### Activités enfants du Mardi

13:30	75'	Gym aérobic
14:00	60'	Natation enfants

**Mer.**

11:15	60'	Body pump/ Fac	Nadia
12:30	60'	Aquabiking*	Lynda
13:30	60'	Aquagym	Lynda
13:30	90'	Yoga	Nedjla

### Activités enfants du samedi

11:00	75'	Gym aérobic
11:15	60'	Ado cardio
11:15	60'	Natation petits
12:15	60'	Natation grands
12:15	55'	Zumba kids
12:15	60'	Éveil danse classique
13:30	90'	Danse classique

\* Cours sur réservation.

# Session spéciale hors forfaits

ARRET DES ACTIVITÉS 30 MIN AVANT LA FERMETURE