

LES COURS COLLECTIFS

JUSQU'AU
3 MAI 2026

le
palais
megève

ESPACE FORME

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
8h30	CAF ^{1h}	Pilates ^{1h}	Stretching ^{1h}	Biking ^{45'}	Cardio Boxing ^{30'}
9h					Abdos Flash ^{30'}
9h30	Gym Sénior ^{1h}	Race Walker ^{45'}	Gym Sénior ^{1h}	Sculpt fit ^{45'} Yoga ^{1h}	Pilates ^{1h}
12h30	Circuit renfo* ^{30'}		CAF* ^{30'}		
17h	Pilates ^{1h}				
18h		Mobilité ^{30'}			
18h15	CAF ^{45'}				
18h30		Biking ^{1h}	Zumba ^{1h}	Sculpt fit abdos + ^{45'}	
19h	Gym posturale ^{45'}				Cross Training* ^{45'}
19h15			Yoga ^{1h}		
19h30		Cross Training ^{45'} Yoga ^{1h}		Cardio Boxing ^{30'}	
19h45	Stretching ^{45'}				

*autonomie

POTERIE

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

9h30

Atelier

2h

13h30

Atelier

2h

18h

Atelier

2h

19h

Atelier

2h

Atelier

2h

ESPACE AQUATIQUE

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

12h15

Aquabike

45'

Aquabike

45'

Aquagym
(petit bain)

45'

Aquagym
(petit bain)

45'

13h

Aquagym
(grand bain)

45'

19h

Aquabike

45'

Aquagym
(petit bain)

45'

Aquatraining

45'

Aquabike

45'

19h45

Natation ad

45'

19h50

Aquabike

45'

INSCRIPTIONS ET INFORMATIONS

- En ligne sur lepalaismegeve.com
- En caisse
- +33 (0)4 50 21 15 71
- lepalais@megeve.fr
- [f](#) [@](#) [d](#) @lepalaismegeve

Planning susceptible d'être modifié lors d'animations particulières.

Les cours collectifs ne sont pas assurés les jours fériés.

SCANNEZ
LE QR CODE
POUR VOUS
INSCRIRE

