

ACACIAS		Grand Bureau 17. 1227 Carouge			Lundi au Vendredi 8h30-21h00		
Tel : 022/343 78 70					Samedi-Dimanche 10h00-17h00		
Fax : 022/300 45 05							
Heures	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
9h30	Step Tone	LIA	CAF	Sculpt FIRE	Stretch Pilates		
10h30						Body Sculpt	CAF
12h15			RPM				
12h30	B.Sculpt	CAF		Body Balance	Body Pump		
14h15	CAF	Yoga Stretch		CAF	Body Sculpt		
17h30	Step Tone	Body Sculpt	CAF	RPM	Body Pump		
18h30	Latino	CAF	Step	Body Pump	Stretch Pilates		
19h30	CAF	RPM		Body Balance			

ALPES		Rue Thalberg 4 . 1201 Genève			Lundi au vendredi 9h00-21h00		
Tel : 022/732 77 40					Samedi-Dimanche 10h00-17h00		
Fax : 022/738 61 14							
Heures	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
9h30	CAF	Stretch Pilates	Tone up	Body Sculpt	Stretching		
10h30						Body Sculpt	CAF
12h00						RPM	
12h30		RPM		RPM			
12h30	T.B.C	CAF	Body Pump	Body Step	Sculpt FIRE		
14h30	Str.Pilates			Body Balance			
17h30	B.Sculpt	TBC	Tone up	Body Pump	CAF		
18h30	Body Step	Body Pump	CAF	Ragga Jam	Step		
18h30	Biking		Biking				
19h30	Body Pump	CAF Pilates	Fitboxing		Body Balance		

CHARMILLES		Rue de Lyon 108. 1211 Genève			Lundi au Vendredi 9h00-21h00		
Tel : 022/345 14 80					Samedi-Dimanche 10h00-17h00		
Fax : 022/345 14 81							
Heures	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
			EN ATTENTE				

CHENE-VERT		Rue de Genève 98. 1226 Thonex			Lundi au Vendredi 9h00-21h00		
Tel : 022/349 32 31					Samedi- 10h00-15h00		
Fax : 022/349 50 24							
Heures	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
9h30	Body Step	Stretching	Body Sculpt	Gym dos	CAF		
10h30						TBC	
12h15							
12h30	Body Pump	Tone up	Pylates	Circuit Train.	Body Pump		
14h15	CAF	Gym douce		Stretching	Body Sculpt		
17h30	CAF		Body Pump		Stretching		
18h30	Body Jam	Body Pump	TBC	CAF			
19h30		Pylates					

EAUX-VIVES		Rte de Frontenex 39 1207 Genève			Lundi au Vendredi 8h00-22h00		
Tel : 022/787 57 57					Samedi-Dimanche 10h00-17h00		
Fax : 022/786 18 44							
Heures	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
8h30	Body Balance				Tone up		
9h00			Tone Up				
9h30	Step training	CAF		Body Pump	CAF Pilates		
10h00			Stretch				
10h30		Gym Dos				Tone up	Step
11h30						Step	B.Sculpt
12h30	CAF & Fire	Stretch	Fit Boxing	Biking	Body Pump		
14h00	Stretch Pilates	Tone up		Yoga Stretch	CAF	Body Pump	CAF
15h00							TBC
15h15						Biking	
16h15				Gym Dos			
17h15			Biking				
17h30	Low Impact	Body Pump		CAF	Step		
18h30	Body Pump	Yoga Stretch	Hi Low impact	Step	Body Jam		
19h30	RPM	Latino	CAF	Fit Boxing	Body Pump		



ICC Tél : 022/788 16 88 Fax : 022/788 15 65	Rte de Pré-bois 20. 1216 Cointrin			Lundi, Mardi 8h30-21h30 Mercredi à Vendredi 8h30-21h00 Samedi-Dimanche 10h00-17h00			
Heures	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMEDI	DIMANCHE
9h00	Tone up	Step		Sculpt FIRE	G.Dos Pilates		
9h30			Stretch				
10h00	B.Balance	CAF		Step	CAF		
10h30						TBC	Tone up
12h30	CAF	Stretch	Step	Body Pump	Biking		
14h00	Step	CAF		B. Balance			
15h15						Body Step	CAF
17h30	Body Pump	Body Step	Tone up	CAF	Sculpt FIRE		
18h30	Step	CAF	B.Sculpt	Low Impact	B.Balance		
19h30	Latino	B.Combat	Stretch Pilates	Body Pump			

PETIT-LANCY Tel : 022/793 84 46 Fax : 022/793 84 47	Rue de Chancy 48 1213 Petit-Lancy			Lundi au Vendredi 9h00-21h00 Samedi 10h00-17h00 Dimanche fermé			
Heures	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMEDI	DIMANCHE
9h30	CAF	Body Pump	RPM	Body Balance	Body Step		
10h30						TBC	
11h30							
12h30	Body Step	CAF	Body Pump	TBC	RPM		
14h15							
17h30							
18h30	Body Step	RPM	Body Jam	CAF	Body Balance		
19h30	Body Pump	Body Balance	RPM	Body Step			

VERMONT Tel : 022/733 20 75 Fax : 022 733 20 85	Rue de Vermont 8. 1202 Genève			Lundi au Vendredi 9h00-21h00 Samedi 10h00-15h00 Dimanche - fermé			
Heures	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMEDI	DIMANCHE
9h30	Body Balance	B.Sculpt	Gym Dos	CAF	Stretching		
10h15						CAF	
11h15						Stretching	
12h15	Body Balance	TBC	B.Sculpt	Body Step	Body Pump		
17h30	TBC		Body Balance				
18h00				CAF			
18h30	CAF	Step	Body Step		TBC		
19h00				Stretch Pilates			
19h30	Yoga Str.	CAF	Body Pump				

VERSOIX Tel : 022/779 07 66 Fax : 022 779 13 56	Route Suisse 7. 1295 Mies			Lundi au Vendredi 8h00-21h00 Samedi-Dimanche 09h00-14h00			
Heures	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMEDI	DIMANCHE
8h00			Tai Chi				
9h00	Step	Sculpt FIRE	CAF	Gym Dos	Body Pump		
9h00		RPM		RPM			
10h00	Body Pump	Body Balance	Body Step	Strech	Body Jam	Body Step	TBC
10h00				RPM			
10h30							RPM
11h00					Body Balance	Body Pump	
14h00	Gym Dos			Gym Posturale			
16h00			Fitkids I				
17h00			Fitkids II				
18h30	FIRE Pilates	CAF	Body Pump	Body Step			
18h30	RPM			RPM			
19h30	Body Balance	Step	Body Jam	Body Balance			

WILSON Tel : 022/732 80 50 Fax : 022 731 53 02	Rue Gautier 12. 1201 Genève			Lundi au Vendredi 9h00 - 21h00 Samedi 10h00-17h00 Dimanche fermé			
Heures	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMEDI	DIMANCHE
9h30	Gym Dos	Body Balance	Stretch		Aqua Gym		
10h30	Aqua Gym		Aqua Gym	Aqua Gym		TBC	
12h30		Aqua Gym					
12h30	CAF & Fire	Step	CAF	B.Sculpt	Step Sculpt		
14h30					CAF	Ragga/Latino	
14h30			Aqua Gym		Aqua Gym		
17h30	CAF		Body Pump				
18h30	Aqua Gym	Aqua Gym		Aqua Gym			
18h30	Tone up	Body Pump	Latino	Fit Boxing	TBC		
19h30	B. Balance	TBC		CAF			

SILHOUETTE

HEALTH FITNESS

NYON		Ch. Crève-Cœur 1 1260 Nyon			Lundi au Vendredi 9h00-21h00		
Tel : 022/362 58 90					Samedi-dimanche 10h00-17h00		
Fax : 022/362 58 91							
Heures	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
9h15	CAF & Fire	Strech	Body Pump	Body Jam	Body Balance		
10h15						Body Step	
12h15							
12h30	Body Step	Body Balance	RPM	Body Pump	TBC		
14h15							
18h30	Fire & Sculpt	Body Pump	Step	Latino	Body Pump		
19h30	Body Jam	Body Step	Fire	RPM			

MORGES		Rue de Lausanne 45 1110 Morges			Lundi au jeudi 9h00-21h30		
Tel : 021/801.20.07					Vendredi 9h00-20h30		
Fax : 021.801.65.44					Samedi-Dimanche 10h00-14h00		
Heures	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
9h30	Body Sculpt	Stretch/Pylates	Body Step	RPM	Body Pump		
12h15	RPM	Body Step		Body Pump			
17h30	Body Pump	CAF					
18h30	Body Step	RPM	B.Jam	Body Pump			
19h30	CAF	Body Pump	B. Balance	RPM			

MEYRIN		Cardinal-Journet 4 1217 Meyrin			Lundi au Vendredi 9h00 - 21h00		
Tel : 022 785 50 50					Samedi 10h00 - 14h00		
Fax : 022 785 50 51					Dimanche fermé		
Heures	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
9h30	Body Sculpt	Stretch		CAF	Body Pump		
10h30						Biking	
12h30	Body Pump	Biking	CAF	Step	Body Balance		
14h00		Body Balance					
18h30	CAF	RPM	Body Step	Body Pump			
19h30		Body Balance					

