

FiveClub®

Cours découverte de 20 minutes

Samedi 7 novembre 2026

Gratuit · Réservation obligatoire pour chaque séance

Programme et inscriptions

fiveclub-fitness.ch



	Salle spinning	Salle Pilates Serena	Salle combat	Salle multifonction
Matin				
09 h 00–09 h 20	F Spinning	Pilates Reformer *	F Combat	Cross-training
09 h 30–09 h 50	F Spinning	Pilates Sculpt	F Combat	Cross-training
10 h 00–10 h 20	F Spinning	Pilates classique	F Combat	Cross-training
10 h 30–10 h 50	F Spinning	Pilates Reformer *	—	Cross-training
11 h 00–11 h 20	F Spinning	Pilates Sculpt	—	CAF Plus
11 h 30–11 h 50	F Spinning	Pilates classique	—	CAF Plus
Après-midi				
14 h 00–14 h 20	F Spinning	Pilates Reformer *	F Combat	Cross-training
14 h 30–14 h 50	F Spinning	Pilates Sculpt	F Combat	Cross-training
15 h 00–15 h 20	F Spinning	Pilates classique	—	F Pump
15 h 30–15 h 50	F Spinning	Pilates Reformer *	—	F Pump