

PLANNING COURS COLLECTIFS

à partir du 01 Septembre 2025

GIGA FIT
DIJON

LUNDI

10h00-10h45

BODYSCULPT

12h30-13h15

CAF LESMILLS
CUISSSES ABDOES FESSIERS RPM

12h30-13h15

**CROSS
TRAINING**

18h30-19h15

**LESMILLS
BODYPUMP**

19h30-20h15

**LESMILLS
BODYCOMBAT**

MARDI

10h00-10h45

CAF CUISSSES
ABDOES FESSIERS

12h30-13h15

**LESMILLS
BODYATTACK**

18h00-18h15

ABDOES FLASH

18h20-19h05

BODYSCULPT

18h30-19h15

GIGAROX LESMILLS
RPM

19h15-20h00*

STEP | **GIGA AERO**
NIVEAU 2 NIVEAU 2

19h30-20h30

**CROSS
TRAINING**

20h05-21h20

**SALSA
BACHATA
KIZOMBA**

MERCREDI

12h30-13h15

**LESMILLS
BODYPUMP**

18h20-19h05

**LESMILLS
BODYPUMP**

18h30-19h00

**LESMILLS
sprint**

19h15-20h00*

STEP | **GIGA AERO**
NIVEAU 1 NIVEAU 1

19h30-20h30

**CROSS
TRAINING**

20h15-21h00*

STEP | **GIGA AERO**
NIVEAU 2 NIVEAU 2

JEUDI

12h30-13h15

BODYSCULPT

18h00-18h45

**CROSS
TRAINING** | **TRX**
SUSPENSION TRAINING

19h00-19h45*

STEP | **GIGA AERO**
NIVEAU 1 NIVEAU 1

19h00-19h45

**LESMILLS
RPM**

20h00-20h45*

STEP | **GIGA AERO**
NIVEAU 2 NIVEAU 2

VENDREDI

10h00-10h45

CAF CUISSSES
ABDOES FESSIERS

18h30-19h15

**LESMILLS
BODYPUMP**

19h30-20h15

**CROSS
TRAINING**

SAMEDI

10h00-10h45

**LESMILLS
RPM**

11h00-11h45

**LESMILLS
BODYJAM**

11h15-12h00

**CROSS
TRAINING**

DIMANCHE

09h30-10h15

CAF CUISSSES
ABDOES FESSIERS

Accessible à partir
de la formule
FITNESS PLUS

Accessible à partir
de la formule
FITNESS VIP

*cours alternés 1 semaine sur deux



gigafitdijon

PLANNING STUDIO PILATES/COMBAT

à partir du 01 Septembre 2025

GIGAFIT
DIJON

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

DIMANCHE

12h30-13h15

PILATES
NIVEAU 1

10h00-10h45

PILATES

12h30-13h15

PILATES
NIVEAU 2

09h00-09h45*

PILATES
NIVEAU 1

STRETCH FLOW

10h00-10h45

PILATES
NIVEAU 2

13h00-14h00

BOXE **PIEDS POINGS**

10h30-11h15

PILATES

11h15-12h00

STRETCHING

18h00-18h45

PILATES

18h00-18h45

PILATES

18h30-19h15

PILATES

19h00-20h00

MMA

19h00-20h00

GIGA FIGHT

19h00-19h45*

PILATES **STRETCH FLOW**

19h00-20h00

BOXE **PIEDS POINGS**

19h15-20h00

STRETCHING

Accessible à partir
de la formule
FITNESS VIP

SCAN ET TELECHARGE
NOTRE APPLICATION



GIGAFIT DIJON - 64B RUE SULLY, 21000 DIJON - 07 68 83 21 31

(Ce planning est susceptible d'évoluer en fonction de la fréquentation des cours)

*cours alternés 1 semaine sur deux



gigafitdijon

ne pas jeter sur la voie publique