

# IMPULSE RESTE OUVERT EN ÉTÉ ! JUILLET 2022

## DU 4 AU 30 JUILL

**FERMETURE DU  
11 AU 16 JUILL**

### RÉSERVATIONS OBLIGATOIRES

Adhérents **Impulse** : sur votre application Club Connect

Extérieurs : ☎ 04 78 61 27 04 / ✉ [contact@impulse.fr](mailto:contact@impulse.fr) / 🌐 formulaire sur le site internet

## ADULTES À PARTIR DE 18 ANS

### LUNDI MIDI

#### STRIKE

12H15 - 13H00 (A)

Natalia Chojnacka

#### YOGA

12:30 - 13:15 (D)

Rada Simot

### MARDI MIDI

#### BIKE

12:15 - 13:00 (C)

William Bouc

#### BASIC TONE

12:30 - 13:15 (A)

Natalia Chojnacka

### MERCREDI MIDI

#### TRAINING

12:15 - 13:00 (A)

Natalia Chojnacka

### JEUDI MIDI

#### JUSTDANCE

12:15 - 13:00 (A)

Fanny Ramihone

#### LOAD

12:30 - 13:15 (D)

Thibaud Bruyère

### VENDEDI MIDI

#### BOXING

12:15 - 13:00 (D)

Natalia Chojnacka

#### PILATES

12:30 - 13:15 (A)

Cathy Reboul

### LUNDI SOIR

#### LOAD

18:15 - 19:00 (D)

Natalia Chojnacka

#### TRX

18:15 - 19:00 (E)

William Bouc

#### JUSTDANCE

19:00 - 19:45 (A)

Fanny Ramihone

#### FLY

19:00 - 19:45 (B)

Cathy Reboul

#### BIKE

19:00 - 19:45 (C)

William Bouc

#### PILATES

19:45 - 20:30 (D)

Cathy Reboul

### MARDI SOIR

#### COMMERCIAL

18:45 - 19:45 (B)

Tous niveaux, Fanny Ramihone

#### STRIKE

19:00 - 19:45 (A)

Natalia Chojnacka

#### BASIC TONE

19:00 - 19:45 (D)

Adrien Chouteau

#### STREET-JAZZ

19:45 - 20:45 (A)

Tous niveaux, Fanny Ramihone

#### YOGA

19:45 - 20:30 (D)

Rada Simot

### MERCREDI SOIR

#### TRX

18:15 - 19:00 (E)

Jérôme Cvize

#### STREET-JAZZ

18:45 - 19:45 (A)

Niveau débutant, Fanny Ramihone

#### BOXING

18:45 - 19:30 (D)

Natalia Chojnacka

#### TRAINING

19:00 - 19:45 (E)

Jérôme Cvize

#### LA STYLE

19:45 - 20:45 (A)

Tous niveaux, Enzo Raboulin

#### LOAD

19:45 - 20:30 (D)

Natalia Chojnacka

### JEUDI SOIR

#### BASIC TONE

18:15 - 19:00 (A)

Thibaud Bruyère

#### TALONS

18H45 - 19H45 (B)

Tous niveaux, Natalia Chojnacka

#### BLAST

19:00 - 19:45 (A)

Thibaud Bruyère

#### PILATES

19:00 - 19:45 (D)

Cathy Reboul

#### GIRLY

19:45 - 20:45 (A)

Tous niveaux, Natalia Chojnacka

#### TRX

19:45 - 20:30 (E)

Thibaud Bruyère

#### FLY

20:00 - 20:45 (B)

Cathy Reboul

### SAMEDI MATIN

#### LOAD


10:00 - 10:45 (D)

Thibaud Bruyère

#### BLAST


11:00 - 11:45 (A)

Thibaud Bruyère

-  SWEETHOUSE  
Posture & Méditation
-  FREEHOUSE  
Reinforcement & Gainage
-  FUNHOUSE  
Fitness & Dance moves
-  BRAVEHOUSE  
Cardio & Calorie killer
-  POWERHOUSE  
Définition & Force
-  FEELHOUSE  
Danse & techniques

**IMPULSE**  
SPORTS  
DANCE  
ARTS

 99 RUE DE GERLAND  
69007 LYON

 04 78 61 27 04

 [contact@impulse.fr](mailto:contact@impulse.fr)

 [www.impulse.fr](http://www.impulse.fr)

## ENFANTS/ADOS À PARTIR DE 7 ANS ET PAR TRANCHE D'ÂGE

Les cours Enfants/Ados n'ont pas lieu pendant les vacances scolaires.

Ils débuteront pour la saison 2022/2023 à partir du Mercredi 7 Septembre 2022.

### HORAIRES D'OUVERTURE D'ÉTÉ

**Du Lundi au Jeudi**  
12:00 - 13:30 / 17:30 - 21:00  
**Le Vendredi**  
12:00 - 13:30  
**Le Samedi**  
09:45 - 12:00