

# PORTES OUVERTES COURS COLLECTIFS ET FITNESS

HORIZON-RESORT DOMAINE DE MASSANE

VENDREDI

SAMEDI

04

05

JUILLET 2025

DEUX JOURS POUR VIVRE L'EXPERIENCE

**moveal**

x

HORIZON RESORT  
MASSANE

## ESSAI GRATUIT

- ▶ DÉCOUVREZ NOS ESPACES
- ▶ RENCONTREZ NOS COACHS
- ▶ TESTEZ NOS COURS COLLECTIFS

Tel : +33 (0)4 67 87 87 70

DOMAINE DE MASSANE  
34670 Baillargues

[www.horizon-resort.com](http://www.horizon-resort.com)

# PLANNING JOURNÉE

VENDREDI 4 JUILLET - SAMEDI 5 JUILLET

## VENDREDI

<b>9h – 10h</b>	Yoga avec Véronique
<b>10h – 10h30</b>	Swing & Sweat
<b>10h30 – 11h</b>	Personal Training
<b>11h30 – 12h</b>	Renforcement Musculaire
<b>12h30 – 13h</b>	Stretching

<b>12h – 14h</b>	Visite SPA - salle de sport
<b>16h – 17h</b>	Yoga Nidra
<b>17h – 17h30</b>	Swing & Sweat
<b>17h30 – 18h</b>	AthletiQ
<b>18h – 18h45</b>	Renforcement Musculaire
<b>19h – 19h30</b>	Stretch & Reset

## SAMEDI

<b>9h – 10h</b>	Yoga avec Véronique
<b>10h – 10h30</b>	AthletiQ
<b>10:30 – 11:30</b>	Stretch & Reset
<b>12h – 14h</b>	Visite SPA - salle de sport

**RÉSERVATION  
ET INFORMATION  
COURS D'ESSAI**

**WWW.HORIZON-RESORT.COM  
OU  
04 67 87 87 70**