



PLANNING AQUA à partir du 15 Juillet

Horaires d'ouverture: Lundi 9h15-13h30 puis 14h45-20h . Mardi Mercredi 9h15-13h30_ puis 15h45-20h

Jeudi 17h-21H Vendredi 9h15-13h30 puis 15h45-19h Samedi 9h15-12h

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
14 JUILLET FERME 			OUVRE A 17h		COURS EN VIDEO
9h30- 10h15 AQUAGYM	 9h30-10h15 AQUADYNAMIC	9h30-10h15 AQUABIKE			 9h30-10h15 AQUADYNAMIC
10h30-11h15 AQUABIKE	10h30-11h15 AQUAGYM	AQUA HIT / AQUA PILATES 10h30-11h / 11h- 11h30	1 heure 2 COURS 	10h30-11h15 AQUAGYM	 10h30-11h15 AQUABODYBIKE
12H30-13H15 AQUA BOXE 	12H30-13H15 AQUABIKE	12H30-13H15 AQUA BOXE 		12H30-13H15 AQUADYNAMIC	
					 VIDEO
15h-15h45 AQUABIKE					
16-16h45 AQUAGYM	16h-16h45 AQUAGYM	16h-16h45 AQUAGYM		16-16h45 AQUAGYM	
18h15-19h AQUADYNAMIC	18h15-19h AQUABIKE	18h15 - 18h AQUA CIRCUIT	18h15-19h AQUAGYM	18h-18h45 AQUABODYBIKE	
 19h-19h45 AQUABIKE	19h-19h45 AQUADYNAMIC	19h-19h45 AQUABIKE	19H-19H45 AQUA BOXE 		
			 20h-20h45 AQUABODYBIKE		
  HYGIENE PISCINE : Bonnet de bain, démaquillage et douche OBLIGATOIRES - Boxer de bain pour les messieurs					



PLANNING FITNESS A PARTIR DU 15 JUILLET 2025

Horaires d'ouverture: [VOIR PLANNING AQUA](#)

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
					et sur notre plateau Nous vous accompagnons dans vos activités cardio, mais aussi dans votre travail de renforcement musculaire sur les appareils guidés, sécurisés, connectés et ludiques, eGYM CIRCUIT SPORT SANTE
	18h30-19h15 BODYPUMP	18h30-19h15 Pilates			
	19h15-20h BODYATTACK	19h15-20h RPM			

Réservation des cours OBLIGATOIRE - HYGIENE : Chaussures propres et serviette sur les machines et les tapis de sol

OBLIGATOIRES