

PLANNING DES ACTIVITES

SAISON HIVER 2018-2019 | du 15 décembre au 21 avril 2019

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
		09h00 » 9h45 BEBES NAGEURS				09h00 » 9h45 BEBES NAGEURS
						10h15 » 11h00 AQUABIKING*
					11h15 » 12h00 AQUAMIX*	11h15 » 12h00 AQUAFIT
12h15 » 13h00 AQUAFIT	12h15 » 13h00 AQUAMIX*	12h15 » 12h45 AQUACAF	12h15 » 13h00 AQUAFIT	12h15 » 13h00 AQUABIKING*		
		13h00 » 13h30 AQUABIKING*		13h15 » 14h00 AQUAFIT		
15h00 > 17h00 COURS DE FITNESS		15h00 » 17h00 KIDS PARCOURS	15h00 > 17h00 COURS DE FITNESS	16h15 » 17h00 AQUABIKING*		
				17h15 » 18h00 AQUAFIT		
18h00 » 18h45 AQUABIKING*	18h00 » 18h45 AQUABIKING*	18h00 » 18h45 AQUAFIT	18h00 » 18h45 AQUABOXING			
	19h00 » 19h45 BODYPALM*		19h30 » 20h15 SWIMCROSS *	19h00 » 19h45 AQUABIKING*		

ACTIVITES HIVER 2018-2019

Intensités :

doux à modéré	modéré à rythmé	rythmé à intense	intense à spécifique (30minutes)
---------------	-----------------	------------------	----------------------------------

Activités Premium* sur réservation