

- PROGRAMME DES ACTIVITÉS -

AUTOMNE 2020

1 Septembre - 20 Décembre
Fermeture du 2 au 29 Novembre

Inscription obligatoire sur moncentreaquatique.com ou par téléphone !

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
						09h » 9h45 BÉBÉS NAGEURS
		10h45 » 11h30 Apprentissage savoir nager (Ludinage)			10h45 » 11h30 Apprentissage savoir nager (Ludinage)	
						11h15 » 12h AQUAFIT
	12h15 » 13h AQUAFIT	12h15 » 12h45 AQUACAF	12h15 » 13h AQUAFIT	12h15 » 13h AQUAFIT	12h15 » 13h AQUAMIX*	12h15 » 13h AQUABIKING*
		13h » 13h30 AQUABIKING*		13h15 » 14h AQUABIKING*		
		18h15 » 19h AQUAFIT		18h15 » 19h AQUAFIT		
		19h15 » 20h BODYPALM		19h15 » 20h AQUABIKING*		

Intensités :

doux à modéré

modéré à rythmé

rythmé à intense

intense à spécifique
(30minutes)

Activités Premium* sur réservation

