

Dim.

10:00	60' GRIT
11:00	60' Body SCULPT
12:30	60' Aquabiking
13:30	60' Aquagym
15:30	60' Aqua Pilates
18:00	60' CAF
18:00	60' TRX Pilates
19:00	60' Citi'attack & Stretch
19:00	60' Aquagym

Jeu.

10:00	60' STEP Tbc
11:00	60' Swiss Ball
12:00	60' Renforcement musculaire
12:15	60' Pilates
13:30	60' Aqua Pilates
14:00	60' Danse Orientale
17:00	60' Renforcement musculaire
18:00	90' YOGA

Lun.

10:00	60' Pilates
11:00	60' cardio Fac
12:30	60' Aqua Fitness
13:30	60' Aquabiking
14:00	90' Yoga

Ven.

10:00	90' Aquatraining
-------	------------------

Mar.

10:00	60' Citi'attack
11:00	60' Abdo work
12:30	60' Aqua Pilates
16:00	90' Danse classique ado&adultes#
18:00	60' Renforcement musculaire
18:00	60' zumba
18:00	60' Initiation natation#
19:00	60' Aquabiking

Sam.

10:00	120' Renforcement musculaire
10:00	60' Danse Orientale
11:15	60' ZUMBA
12:30	60' Aquabiking
13:30	60' Aquagym
15:30	90' Danse classique ado & adultes #

ACTIVITÉS ENFANTS DU MARDI

13:30	75' Gym Aérobic
14:00	60' Natation enfants
15:00	60' Natation enfants

Mer.

11:00	60' Aquagym
12:00	60' Aquabiking
14:00	90' Yoga
17:00	60' Renforcement musculaire
17:45	60' Pilates
19:00	60' Aqua Pilates

ACTIVITÉS ENFANTS DU SAMEDI

10:00	60' Ado Cardio
10:00	60' Natation enfants
11:00	60' Natation enfants
11:00	75' Gym Aérobic
12:15	60' Zumba Kids
14:00	60' Initiation danse classique

Session spéciale hors forfaits

**ARRÊT DES ACTIVITÉS 30 MIN AVANT LA
FERMETURE**