

LUNDI	
FITNESS	PISCINE
OUVERTURE A 09H00	
09H30-10H15 ABDOS FESSIERS	
	10H30-11H15 AQUA DYNAMIC
	12H30-13H15 AQUA CIRCUIT
FERMETURE A 14H00	

MARDI	
FITNESS	PISCINE
	

MERCREDI	
FITNESS	PISCINE
OUVERTURE A 09H00	
09H30-10H15 TONE	
	10H30-11H15 AQUA BODY MINCEUR
12H30-13H20 RPM	
	NATATION ENFANTS
18H30-19H20 RPM	17H45-18H30 AQUA BODY
19H30-20H15 TONE	18H45-19H30 AQUA DYNAMIC
FERMETURE A 21H00	

JEUDI	
FITNESS	PISCINE
OUVERTURE A 09H00	
	09H30-10H15 AQUA BODY MINCEUR
10H30-11H20 BODY BALANCE	
12H30-13H30 ABDOS FESSIERS STRECH	
	14H00-14H45 AQUA BODY
18H30-19H30 BODY PUMP	18H00-18H45 AQUABIKE TRAINING
19H45-20H35 RPM	19H00-19H45 AQUA MINCEUR
FERMETURE A 21H00	

VENDREDI	
FITNESS	PISCINE
OUVERTURE A 09H00	
	09H30-10H15 AQUA MINCEUR
10H30-11H15 ABDOS FESSIERS	
12H30-13H15 CIRCUIT TRAINING	
	NATATION ENFANTS
	18H15-19H00 AQUA DYNAMIC
19H15-20H05 BODY BALANCE	
FERMETURE A 20H30	

SAMEDI	
FITNESS	PISCINE
OUVERTURE A 09H00	
09H30-10H20 RPM	NATATION ENFANTS
10H30-11H15 FORCE TRAINING	
11H30-12H15 STRECHING	12H45-13H30 AQUA BODY MINCEUR
FERMETURE A 14H00	
	