

LUNDI	
FITNESS	PISCINE
OUVERTURE A 09H00	
09H30-10H15 ABDOS FESSIERS	
10H15-11H00 STRETCHING	11H00-11H45 AQUA BODY
12H45-13H30 ABDOS FESSIERS	12H00-12H45 AQUA MINCEUR
FERMETURE A 14H00	

MARDI	
FITNESS	PISCINE
	

MERCREDI	
FITNESS	PISCINE
OUVERTURE A 12H00	
12H30-13H20 BODY BALANCE	
	13H30-14H30 ENFANTS
	16H45-17H30 AQUA BODY
	17H30-18H15 AQUA DYNAMIC
18H30-19H15 ABDOS FESSIERS	
FERMETURE A 20H30	

JEUDI	
FITNESS	PISCINE
OUVERTURE A 09H00	
	10H00-10H45 AQUA DOUCE
10H30-11H15 ABDOS FESSIERS	10H45-11H30 DYNAMIC
12H30-13H15 RPM	12H30-13H15 AQUABIKE TRAINING
	18H00-18H45 AQUA MINCEUR
18H30-19H15 RPM	18H45-19H30 AQUABIKE TRAINING
19h30-20h15 ABDOS FESSIERS	19H30-20H15 AQUA CIRCUIT
FERMETURE A 20H30	

VENDREDI	
FITNESS	PISCINE
OUVERTURE A 09H00	
	09H30-10H15 AQUA BODY
10h30-11h20 PILATES STRETCH	
	12H30-13H15 AQUABIKE TRAINING
	16H00-16H45 AQUA MINCEUR
	17H00-17H45 AQUABIKE TRAINING
18H00-18h50 PUMP	
18H50-19H35 CARDIO BOXE	
FERMETURE A 20H00	

SAMEDI	
FITNESS	PISCINE
OUVERTURE A 09H00	
	9H15-10H45 ENFANTS
11H00-11H50 RPM	
	12H00-12H45 AQUA MINCEUR
FERMETURE A 13H30	
	