

# LUNDI

# MARDI

# MERCREDI

# JEUDI

# VENDREDI

# SAMEDI

FITNESS		PISCINE	
09H30-10H15 <b>GLOBAL TRAINING</b>			09H30-10H15 <b>AQUA BODY</b>
10H30-11H15 <b>STRETCHING</b>	11H00-11H45 <b>AQUA BODY</b>	10H30-11H20 <b>PILATES</b>	
12H30-13H20 <b>ABDOS FESSIERS</b>	12H00-12H45 <b>AQUA BODY</b>	12H30-13H20 <b>GLOBAL TRAINING</b>	12H40-13H25 <b>AQUA DYNAMIC</b>
	12H45-13H30 <b>AQUA MINCEUR</b>		
17H45-18H15 <b>X-TREM ABDOS</b>	16H00-16H45 <b>AQUA BODY</b>		
18H20-19H20 <b>BODY PUMP</b>	17H00-17H45 <b>AQUA MINCEUR</b>	18H00-18H30 <b>BODY PUMP 30'</b>	17H30-18H15 <b>AQUA BODY</b>
18H45-19H30 <b>RPM</b> <small>resa internet</small>	18H00-18H45 <b>AQUABIKE TRAINING</b> <small>resa internet</small>	18H30-19H20 <b>GLOBAL TRAINING</b>	18H30-19H15 <b>AQUA MINCEUR</b>
19H30-20H20 <b>BODY BALANCE</b>		19H30-20H20 <b>CARDIO TRAINING</b>	19H45-20H30 <b>AQUABIKE TRAINING</b> <small>resa internet</small>

FITNESS		PISCINE	
		10H30-11H20 <b>ABDOS FESSIERS</b>	10H00-10H45 <b>AQUA BODY</b>
11H20-11H50 <b>STRETCHING</b>		10H45-11H30 <b>AQUA DYNAMIC</b>	
12H30-13H20 <b>BODY BALANCE</b>		12H30-13H20 <b>RPM</b> <small>resa internet</small>	12H30-13H15 <b>AQUABIKE TRAINING</b> <small>resa internet</small>
	13H30-15H00 <b>NATATION ENFANTS</b> <small>forfait spécifique</small>		
		16H45-17H30 <b>AQUA BODY</b>	
18H15-18H45 <b>POURSUITE</b> <small>resa internet</small>	17H30-18H15 <b>AQUA DYNAMIC</b>	17H45-18H30 <b>PILATES</b>	18H00-18H45 <b>AQUA BODY</b>
18H50-19H35 <b>ABDOS FESSIERS</b>	18H15-19H00 <b>AQUA MINCEUR</b>	18H35-19H25 <b>RPM</b> <small>resa internet</small>	19H00-19H45 <b>AQUABIKE TRAINING</b> <small>resa internet</small>
19H35-20H25 <b>BODY BALANCE</b>		19H30-20H20 <b>ABDOS FESSIERS</b>	20H00-20H45 <b>AQUA CIRCUIT</b>

FITNESS		PISCINE		FITNESS		PISCINE	
		09H30-10H15 <b>AQUA BODY</b>		10H00-10H50 <b>ABDOS FESSIERS</b>		09H15-12H00 <b>NATATION ENFANTS</b> <small>forfait spécifique</small>	
11H15-12H00 <b>PILATES</b>	10H30-11H15 <b>AQUA CIRCUIT</b>			11H00-11H50 <b>RPM</b> <small>resa internet</small>			
12H30-13H15 <b>BODY PUMP</b>	12H30-13H15 <b>AQUABIKE TRAINING</b> <small>resa internet</small>					12H00-12H45 <b>AQUA MINCEUR</b>	
						13H30-15H00 <b>NATATION ENFANTS</b> <small>forfait spécifique</small>	
		16H00-16H45 <b>AQUA BODY</b>					
		17H00-17H45 <b>AQUABIKE TRAINING</b> <small>resa internet</small>					
18H00-18H50 <b>BODY PUMP</b>							
19H00-19H50 <b>CARDIO BOXE</b>							

**RÉSA INTERNET**  
 POUR VOS COURS DE RPM, POURSUITE, AQUABIKE & 412.  
 Téléchargez l'application **RESAMANIA** sur votre smartphone ou RDV sur votre espace client !  
[www.aqualigne.com](http://www.aqualigne.com)