

PLANNING AQUA

À PARTIR DU 04/09/23

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
09:00	9:15 - 9:45 AQUAGYM 30'	9:15 - 9:45 AQUAGYM 30'	9:15 - 9:45 AQUAGYM 30'	9:15 - 9:45 AQUAGYM 30'	9:15 - 9:45 AQUAGYM 30'	9:15 - 9:45 AQUAGYM 30'	9:15 - 10:00 NEW AQUA FUSION 45'
10:00	9:45 - 10:30 PARCOURS MARIN	9:45 - 10:30 PARCOURS MARIN	9:45 - 10:30 PARCOURS MARIN	9:45 - 10:30 PARCOURS MARIN	9:45 - 10:30 PARCOURS MARIN	9:45 - 10:30 PARCOURS MARIN	10:00 - 10:30 PARCOURS MARIN
11:00	10:30 - 11:00 AQUARELAX 30'	10:30 - 11:00 AQUABIKE 30'	10:30 - 11:00 AQUARELAX 30'	10:30 - 11:00 GYMBIKE DOUX 30'	10:30 - 11:00 AQUARELAX 30'	10:30 - 11:00 AQUABIKE 30'	10:30 - 12:30 PARCOURS MARIN 2H
12:00	11:00 - 11:45 PARCOURS MARIN	11:00 - 11:45 PARCOURS MARIN	11:00 - 11:45 PARCOURS MARIN	11:00 - 11:45 PARCOURS MARIN	11:00 - 11:45 PARCOURS MARIN	11:30 - 13:30 PARCOURS MARIN 2H	
13:00	11:45 - 12:30 PARCOURS MARIN	11:45 - 12:30 PARCOURS MARIN	11:45 - 12:30 PARCOURS MARIN	11:45 - 12:30 PARCOURS MARIN	11:45 - 12:30 PARCOURS MARIN		
14:00	12:30 - 13:00 GYMBIKE 30'	12:30 - 13:00 AQUAGYM 30'	NEW AQUA FUSION 30'	12:30 - 13:00 AQUAGYM 30'	12:30 - 13:00 GYMBIKE 30'		
15:00	13:00 - 13:45 PARCOURS MARIN	13:00 - 13:45 PARCOURS MARIN	13:00 - 13:45 PARCOURS MARIN	13:00 - 13:45 PARCOURS MARIN	13:00 - 13:45 PARCOURS MARIN		
16:00	13:30 - 15:30 PARCOURS MARIN 2H	13:30 - 15:30 PARCOURS MARIN 2H	13:30 - 15:30 PARCOURS MARIN 2H	13:30 - 15:30 PARCOURS MARIN 2H	13:30 - 15:30 PARCOURS MARIN 2H	13:30 - 15:30 PARCOURS MARIN 2H	13:30 - 15:30 PARCOURS MARIN 2H
17:00	15:30 - 17:30 PARCOURS MARIN 2H	15:30 - 17:30 PARCOURS MARIN 2H	15:30 - 17:30 PARCOURS MARIN 2H	15:30 - 17:30 PARCOURS MARIN 2H	15:30 - 17:30 PARCOURS MARIN 2H	15:30 - 17:30 PARCOURS MARIN 2H	16:00 - 18:00 PARCOURS MARIN 2H
18:00	17:30 - 18:15 AQUAGYM 45'	17:30 - 18:15 CIRCUIT TRAMPO 45'	17:30 - 18:15 NEW AQUA CAF* 45'	17:30 - 18:15 GYMBIKE 45'	17:30 - 18:15 AQUAGYM 30'	17:30 - 19:30 PARCOURS MARIN 2H	
19:00	18:00 - 18:45* PARCOURS MARIN	18:00 - 18:45* PARCOURS MARIN	18:00 - 18:45* PARCOURS MARIN	18:00 - 18:45* PARCOURS MARIN	18:15 - 19:00 PARCOURS MARIN		
20:00	18:45 - 19:30 NEW MIXBOXING 45'	18:45 - 19:30 NEW AQUABURN 45'	18:45 - 19:30 AQUABIKE 45'	18:45 - 19:30 NEW AQUA FUSION 45'	19:00 - 19:45 PARCOURS MARIN		
21:00	19:15 - 20:00* PARCOURS MARIN	19:15 - 20:00* PARCOURS MARIN	19:15 - 20:00* PARCOURS MARIN	19:15 - 20:00* PARCOURS MARIN			
22:00				20:00 - 22:00 PARCOURS MARIN NOCTURNE	20:00 - 22:00* PARCOURS MARIN NOCTURNE*		



- ↳ L'accès au cours se fait sur réservation uniquement.
- ↳ Le planning pourra être amené à évoluer selon la fréquentation.
- ↳ Les cours aquatiques ont une durée de 30 ou 45 minutes.
- ↳ Pas de cours les jours fériés.
- 18:00 - 18h45* & 19:15 - 20:00* : 15 premières minutes en accès sauna & hammam (jusqu'à la fin du cours Aqua)
- *AQUA CAF : cuisses abdos fessiers

PARCOURS MARIN : Créneaux réservés aux abonnés

PARCOURS MARIN : Créneaux accessibles seulement aux carnets Parcours Marin de 10, 20, 40 entrées et entrées à la carte

PARCOURS MARIN : Inscriptions pour les nocturnes par téléphone au 04 67 12 87 50 ou par SMS au 06 72 06 39 62
Les nocturnes du vendredi ont lieu un vendredi sur deux, merci de nous contacter pour les dates