

PLANNING AQUA

À PARTIR DU 01/07/24 AU 01/09/24

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
9:15 - 9:45	9:15 - 9:45	9:15 - 9:45	9:15 - 9:45	9:15 - 9:45	9:15 - 9:45	9:15 - 10:00
AQUAGYM 30'	AQUAGYM 30'	AQUAGYM 30'	AQUAGYM 30'	AQUAGYM 30'	AQUAGYM 30'	NEW AQUA FUSION 45'
9:45 - 10:30	9:45 - 10:30	9:45 - 10:30	9:45 - 10:30	9:45 - 10:30	9:45 - 10:30	10:00 - 10:30
PARCOURS MARIN	PARCOURS MARIN	PARCOURS MARIN	PARCOURS MARIN	PARCOURS MARIN	PARCOURS MARIN	PARCOURS MARIN
10:30 - 11:00	10:30 - 11:00	10:30 - 11:00	10:30 - 11:00	10:30 - 11:00	10:30 - 11:00	10:30 - 12:30
AQUARELAX 30'	GYMBIKE	AQUARELAX 30'	NEW AQUA FUSION 30'	AQUAGYM 30'	AQUABIKE 30'	PARCOURS MARIN 2H
11:00 - 11:45*	11:00 - 11:45*	11:00 - 11:45*	11:00 - 11:45*	11:00 - 11:45*	11:00 - 11:45*	
PARCOURS MARIN	PARCOURS MARIN	PARCOURS MARIN	PARCOURS MARIN	PARCOURS MARIN	PARCOURS MARIN	
11:30 - 13:30	11:30 - 13:30	11:30 - 13:30	11:30 - 13:30	11:30 - 13:30	11:30 - 13:30	
PARCOURS MARIN 2H	PARCOURS MARIN 2H	PARCOURS MARIN 2H	PARCOURS MARIN 2H	PARCOURS MARIN 2H	PARCOURS MARIN 2H	
11:45 - 12:30*	11:45 - 12:30*	11:45 - 12:30*	11:45 - 12:30*	11:45 - 12:30*	11:45 - 12:30*	
PARCOURS MARIN	PARCOURS MARIN	PARCOURS MARIN	PARCOURS MARIN	PARCOURS MARIN	PARCOURS MARIN	
13:00 - 13:45*	13:00 - 13:45*	13:00 - 13:45*	13:00 - 13:45*	13:00 - 13:45*	13:00 - 13:45*	
PARCOURS MARIN	PARCOURS MARIN	PARCOURS MARIN	PARCOURS MARIN	PARCOURS MARIN	PARCOURS MARIN	
13:30 - 15:30	13:30 - 15:30	13:30 - 15:30	13:30 - 15:30	13:30 - 15:30	13:30 - 15:30	
PARCOURS MARIN 2H	PARCOURS MARIN 2H	PARCOURS MARIN 2H	PARCOURS MARIN 2H	PARCOURS MARIN 2H	PARCOURS MARIN 2H	
15:30 - 17:30	15:30 - 17:30	15:30 - 17:30	15:30 - 17:30	15:30 - 17:30	15:30 - 17:30	
PARCOURS MARIN 2H	PARCOURS MARIN 2H	PARCOURS MARIN 2H	PARCOURS MARIN 2H	PARCOURS MARIN 2H	PARCOURS MARIN 2H	
17:30 - 18:15	17:30 - 18:15	17:30 - 18:15	17:30 - 18:15	17:30 - 18:15	17:30 - 18:15	17:30 - 19:30
AQUAGYM 45'	AQUAGYM 45'	NEW AQUA CAF* 45'	GYMBIKE 45'	AQUAGYM 30'		PARCOURS MARIN 2H
18:15 - 19:00*	18:15 - 19:00*	18:15 - 19:00*	18:15 - 19:00*	18:15 - 19:00*	18:15 - 19:00*	
PARCOURS MARIN	PARCOURS MARIN	PARCOURS MARIN	PARCOURS MARIN	PARCOURS MARIN	PARCOURS MARIN	
18:45 - 19:30	18:45 - 19:30	18:45 - 19:30	18:45 - 19:30	18:45 - 19:30	19:00 - 19:45*	
NEW MIXBOXING 45'	NEW AQUAFUSION 45'	AQUACARDIO 45'	NEW AQUAFUSION 45'		PARCOURS MARIN	
19:15 - 20:00*	19:15 - 20:00*	19:15 - 20:00*	19:15 - 20:00*			
PARCOURS MARIN	PARCOURS MARIN	PARCOURS MARIN	PARCOURS MARIN			
			20:00 - 22:00*	20:00 - 22:00*		
			PARCOURS MARIN NOCTURNE*	PARCOURS MARIN NOCTURNE*		

- i** 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