

PROGRAMME ACTIVITÉS AQUATIQUES

A partir du 17 mars 2025

LUNDI

9:15 | ⌚ 45 min
Future Maman*

11:00 | ⌚ 45 min
Aqua Soft

12:30 | ⌚ 45 min
Aqua Fit

16:15 | ⌚ 30 min
Aquaphobie

19:00 | ⌚ 45 min
Aqua Biking**

19:00 | ⌚ 45 min
Leçons adultes
(débutant)

MARDI

11:00 | ⌚ 45 min
Aqua Soft

12:30 | ⌚ 45 min
Aqua Fit

19:00 | ⌚ 45 min
Aqua Dynamic

MERCREDI

9:15 | ⌚ 30 min
Baby Gloopy

19:00 | ⌚ 45 min
Aqua Combat

JEUDI

11:00 | ⌚ 45 min
Aqua Soft

12:30 | ⌚ 45 min
Aqua Dynamic

16:15 | ⌚ 30 min
Aquaphobie

18:00 | ⌚ 45 min
Leçons adultes
(confirmé)

19:00 | ⌚ 45 min
Aqua Fit

VENDREDI

12:30 | ⌚ 45 min
Aqua Fit

19:00 | ⌚ 45 min
Aqua Biking**

19:45 | ⌚ 45 min
Aqua Fit

DIMANCHE

9:15 | ⌚ 30 min
Baby Gloopy**



- **CARDIO**
- **RENFORCEMENT MUSCULAIRE**
- **INTENSE**
- **ACTIVITÉ DOUCE**

*Nous contacter au préalable - ** Activités aquatiques hors abonnement, sur réservation.
Ces informations sont communiquées à titre indicatif et sont susceptibles d'être modifiées (cf. affichage à l'accueil).
Descriptifs des cours sur aqualun.fr