Planning Aquagym & Aquabike

Période Scolaire

Lundi	11h15 > 12h **Aqua Pilate**	12h15 > 13h **Aqua Bike**	13h15 > 14h **Aqua Running**	16h > 16h45 **Aqua Pole**	17h > 17h45 **Aquabike**	18h > 18h45 **Circuit Aquaform**	19h > 19h45 **AquaFit Cross**
Mardi	11h15 > 12h **Aqua Vitalité**	12h15 > 13h **Aqua Bike**	13h15 > 14h **Aqua Running**	16h > 16h45 **Aqua +**	17h > 17h45 **Aqua Boxing**	18h > 18h45 **Aquabike**	
Mercredi		12h15 > 13h **Aqua Bike**				18h > 18h45 **Aqua Boxing**	19h > 19h45 **Aquabike**
Jeudi	11h15 > 12h **Aqua Vitalité**	12h15 > 13h **Aqua Boxing**	13h15 > 14h **Aqua Bike**	16h > 16h45 **Aqua Running**	17h > 17h45 **Aqua Pole**	18h > 18h45 **Aquabike**	19h > 19h45 **AquaFit Cross**
Vendredi	11h15 > 12h **Aqua Pilate**	12h15 > 13h **Aqua Bike**	13h15 > 14h **Aqua Pole**	16h > 16h45 **Aquabike**	17h > 17h45 **Aquabike**	18h > 18h45 **Aqua Dancing**	
Samedi		12h15 > 13h **Aqua Bike**					
Dimanche	09h15 > 10h **Aqua Pole**	10h15 > 11h **Aqua Bike**	11h15 > 12h **Aqua Vitalité**				

EQUILIBRE **ENERGIE** **TONICITE** **LE + SPORT ACCESS**

Planning Aquagym & Aquabike

Petites Vacances Scolaire

Lundi	11h15 > 12h **Aqua Pilate**	12h15 > 13h **Aqua Bike**	13h15 > 14h **Aqua Running**		17h > 17h45 **Aquabike**	18h > 18h45 **Circuit Aquaform**	19h > 19h45 **AquaFit Cross**
Mardi	11h15 > 12h **Aqua Vitalité**	12h15 > 13h **Aqua Pole**	13h15 > 14h **Aqua Running**		17h > 17h45 **Aqua Boxing**	18h > 18h45 **Aquabike**	
Mercredi		12h15 > 13h **Aqua Bike**			17h > 17h45 **Aquabike**	18h > 18h45 **Aqua Boxing**	
Jeudi	11h15 > 12h **Aqua Vitalité**	12h15 > 13h **Aqua Boxing**	13h15 > 14h **Aqua Bike**		17h > 17h45 **Aqua Pole**	18h > 18h45 **Aquabike**	19h > 19h45 **AquaFit Cross**
Vendredi	11h15 > 12h **Aqua Pilate**	12h15 > 13h **Aqua Bike**	13h15 > 14h **Aqua Pole**		17h > 17h45 **Aquabike**	18h > 18h45 **Aqua Dancing**	
Samedi		12h15 > 13h **Aqua Bike**					
Dimanche	09h15 > 10h **Aqua Pole**	10h15 > 11h **Aqua Bike**	11h15 > 12h **Aqua Vitalité**				

EQUILIBRE ENERGIE TONICITE LE + SPORT ACCESS

Planning Aquagym & Aquabike

Grandes Vacances

Lundi	11h15 > 12h **Aqua Vitalité**	12h15 > 13h **Aqua Bike**		17h15 > 18h **Aqua Vitalité**	18h > 18h45 **AquaFit Cross**
Mardi		12h15 > 13h **Aqua Vitalité**	13h15 > 14h **Aqua Bike**	17h15 > 18h **Aqua Bike**	
Mercredi	11h15 > 12h **Aqua Vitalité**	12h15 > 13h **Aqua Bike**		17h15 > 18h **Aqua Vitalité**	
Jeudi		12h15 > 13h **Aqua Vitalité**	13h15 > 14h **Aqua Bike**	17h15 > 18h **Aqua Bike**	18h > 18h45 **AquaFit Cross**
Vendredi	11h15 > 12h **Aqua Vitalité**	12h15 > 13h **Aqua Bike**		17h15 > 18h **Aqua Vitalité**	

ENERGIE **TONICITE** **LE + SPORT ACCESS**

Planning Fitness

Lundi	10h > 11h **Cross training mobility**	12h30 > 13h30 **Cross training**		17h > 18h **STEP**	17h30 > 18h30 **Hatha Yoga**	18h45 > 19h45 **Yin Yoga**
Mardi	10h > 11h **Pilates**	12h30 > 13h30 **Cardio boxe**		17h30 > 18h15 **Cross training**	18h30 > 19h15 **Body Sculpt**	
Mercredi						
Jeudi	10h> 11h **Gym douce**	12h30 > 13h30 **Cross training**	17h30 > 18h15 **TRX Training**	17h30 > 18h30 **Yoga de la femme**	18h30 > 19h15 **Cardio boxe**	18h45 > 19h45 **Yoga Vinyasa**
Vendredi	10h> 11h **Body Sculpt**	12h30 > 13h30 **TRX Training**		17h30 > 18h30 **Cross training**	18h30 > 19h15 **Pilates**	

ÉQUILIBRE TONICITÉ LE + SPORT ACCESS