

PLANNING FORME AQUATIQUE

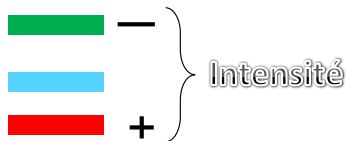
		LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	
MATIN	9h45	Aqua balance			Aqua balance	Aqua balance		9h45
	10h30	Aqua balance		Aqua balance	Aqua balance			10h30
	11h30		Aqua biking				Aqua fitness à thème	11h30
	12h15							12h15
MIDI	12h30	Aqua biking	Aqua form	Aqua biking	12h30 Aqua building	Aqua fit		
	13h15				13h15			
SOIR	15h00	Aqua fit						
	15h45							
	18h30							
	19h15	Aqua biking	Aqua boxing	Aqua fit	19h15 Aqua boxing	Aqua biking		
	19h30	Aqua form	Aqua Palmes	Aqua biking	19h30 Aqua Palmes Aqua biking	Aqua building		
	20h15				20h15			



Activités aquatiques

Ce planning est donné à titre indicatif et peut être modifié sans préavis

Choisissez un cours adapté à votre niveau:



Choisissez un cours adapté à vos attentes:

	COURS A DOMINANTE CARDIO-VASCULAIRE		COURS A DOMINANTE RELAXATION ET ASSOUPPLISSEMENT
	COURS A DOMINANTE RENFORCEMENT MUSCULAIRE		COURS DE DANSE
	COURS NECESSITANT INSCRIPTION A L'ACCUEIL		COURS PREMIUM 15€