



AQUAGYM

AQUABIKE

NATATION



Votre club aquatique 100% sympa !

aquapassion
19 chemin des Méannes
ZA Les Revols
26540 Mours-Saint-Eusèbe

07 81 34 46 01
www.aquapassion.fr

AQUAFITNESS ▶ ADULTES

Remise en forme, travail musculaire et cardiovasculaire sans traumatisme pour le corps. Tous les bienfaits du sport santé dans l'eau, encadré par des coachs expérimentés.

2 gammes de cours coachés : océan (tonique) ou lagon (modéré)

gamme océan

Rythme tonique - Durée 45 min (sauf DUO 1 h)

aqua' BIKE

Efficace !
La musique et le coach vous motivent pour affiner rapidement votre silhouette.



aqua' DYNAMIC

Fun et ludique !
Complet et sans impact pour travailler son endurance cardio vasculaire et musculaire.



aqua' DUO

2 en 1 !
Séance complète et variée
50% bike,
50% gym,
150% efficace !



aqua' CIRCUIT

Varié.
Enchaînement d'ateliers ciblés sur les différents groupes musculaires.



NOUVEAU

aqua' SVELTE

Un mix de cardio et de renforcement musculaire pour sculpter le corps.



gamme lagon

Rythme doux à modéré - Durée 45 min (sauf DUO 1 h)

aqua' BIKE

Le plaisir de pédaler dans l'eau en musique pour tonifier et affiner le bas du corps.



aqua' GYM

Travail musculaire et cardio complet sans impact pour les articulations.



aqua' DUO

2 en 1 !
Séance complète et variée
50 % bike,
50 % gym.



aqua' CIRCUIT

Enchaînement d'ateliers ciblés sur les différents groupes musculaires.



NOUVEAU

aqua' DOS

Aquagym sans musique, ciblé sur le renforcement des muscles du dos et sangle abdominale.



NOUVEAU

aqua' DOUCEUR

Enchaînement de mouvements très doux et sans musique.



AQUA'LIBERTY ► ADULTES & ENFANTS - DURÉE 45 MIN

Accès libre au bassin et à ses équipements pour profiter des bienfaits des activités dans l'eau à votre rythme, sans cours dirigé. 3 programmes à votre disposition.

NOUVEAU

DOUX

NOUVEAU

CARDIO

NOUVEAU

RENFO

NATATION

ENFANTS

Durée 45 min

Découverte de l'eau et apprentissage de la natation en s'amusant. Environnement sécurisé, eau chaude 30°, bassin aménagé, cours collectifs encadrés par un maître nageur attentionné !

aqua'ÉVEIL

18 mois - 5 ans
Bassin aménagé.
Ludique : des jeux
et des progrès !
À la carte, sur
réservation.



aqua'KIDS

6 - 9 ans
Pour acquérir
les fondamentaux
de la natation.
Inscription
à l'année.



ADULTES

Durée 45 min

aqua'PHOBIE

Programme spécifique pour se réconcilier
avec l'eau. Inscription à l'année.

aqua'NAT

Apprentissage et perfectionnement
de la natation. Inscription à l'année.

SUR-MESURE ► ADULTES & ENFANTS

aqua'COACH

Cours particulier de natation
ou d'aquafitness. 1 à 3 pers.

aqua'FAMILY

Leçon de natation en famille
pour progresser ensemble !

aqua'ANNIV

Un anniversaire pas comme les autres !
Bassin aménagé avec jeux aquatiques.

aqua'EVENT

Privatisation du bassin
avec ou sans animation.

SE DÉTENDRE ?
SE TONIFIER ?
NAGER ?
S'AMUSER ?

La piscine comme vous en rêvez !



**Un concept 100 % bien-être avec
des professionnels passionnés.**

 **DÉCOUVRIR TOUTES NOS ACTIVITÉS**



**Rocade de Romans
Sortie ZA Mours**
19 chemin des Méannes
ZA Les Revols
(À côté de la CICA)
26540 Mours-Saint-Eusèbe

Horaires des séances :
voir planning.

Horaires d'accueil
& renseignements
du lundi au samedi :
sur place 9h > 13h
par téléphone 9h > 19h



CONTACT ET RENSEIGNEMENTS

www.aquapassion.fr

aquapassion.mours

contact@aquapassion.fr - 07 81 34 46 01

RÉSERVER MA SÉANCE : C'EST FACILE !

APPLI MOBILE



SITE INTERNET



TÉLÉPHONE



SUR PLACE

