



PLANNING DES ACTIVITES

AVRIL 2024

■ AQUAFITNESS ■ NATATION ■ SUR MESURE

2 gammes de cours : océan (intense) ou lagon (modéré)

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMEDI
			aqua'DOUCEUR lagon 8h00 - 8h45		
aqua'BIKE CORE océan 9h00 - 9h45	aqua'GYM lagon 9h00 - 9h45	aqua'DYNAMIC océan 9h00 - 9h45	aqua'FITBIKE océan 9h00 - 9h45	aqua'DOUCEUR lagon 9h00 - 9h45	
aqua'DOS lagon 10h05 - 10h50	aqua'DYNAMIC océan 10h05 - 10h50	aqua'FITBIKE océan 10h05 - 10h50	aqua'GYM lagon 10h05 - 10h50	aqua'SVELTE océan 10h05 - 10h50	aqua'SVELTE océan 09h30 - 10h15
aqua'DOUCEUR lagon 11h10 - 11h55	aqua'DUO lagon 11h10 - 11h55	aqua'DREAM lagon 11h10 - 11h55	aqua'DUO lagon 11h10 - 11h55	aqua'DOS lagon 11h10 - 11h55	aqua'FITBIKE océan 10h30 - 11h15
aqua'DYNAMIC océan 12h20 - 13h05	aqua'BIKE CORE océan 12h20 - 13h05	aqua'WORK océan 12h20 - 13h05	aqua'FITBIKE océan 12h20 - 13h05.	aqua'CIRCUIT océan 12h20 - 13h05	
aqua'DUO lagon 13h30 - 14h15	aqua'DOUCEUR lagon 13h30 - 14h15	aqua'KIDS 1 natation 13h45 - 14h30 14h30 - 15h15	aqua'SCULPT lagon 13h30 - 14h15	aqua'DREAM lagon 13h30 - 14h15	aqua'COACH - FAMILY - ANNIV 14h00 - 18h00
aqua'DREAM lagon 14h30 - 15h15		aqua'KIDS 2 natation 15h15 - 16h00	aqua'ADULTES natation 15h - 16h30		
aqua'GYM lagon 15h30 - 16h15		aqua'KIDS 3. natation 16h15 - 17h00	aqua'LIBERTY lagon 16h30 - 17h15		
aqua'WORK océan 17h35 - 18h20	aqua'CIRCUIT lagon 17h35 - 18h20	aqua'GYM lagon 17h35 - 18h20	aqua'BIKE CORE océan 17h35 - 18h20	aqua'SVELTE océan 17h35 - 18h20	
aqua'DYNAMIC océan 18h40 - 19h25	aqua'FITBIKE océan 18h40 - 19h25	aqua'DUO lagon 18h40 - 19h25	aqua'DYNAMIC océan 18h40 - 19h25	aqua'BIKECORE XL océan 18h40 - 19h35	
aqua'FITBIKE océan 19h45 - 20h30	aqua'BOXING océan 19h45 - 20h30	aqua'BIKE CORE océan 19h45 - 20h30	aqua'BOXING océan 19h45 - 20h30		

Le planning est susceptible d'évoluer en cours d'année - 3 personnes minimum par séance