

Planning des activités en libre accès en piscine d'eau de mer chauffée.

Valable jusqu'au 31/12/2022

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
9h-9h30 Aqua Gym	9h-9h30 Aqua Gym	9h-9h30 Aqua Gym	9h-9h30 Aqua Gym	9h-9h30 Aqua Gym	9h-9h30 Aqua Gym	
10h30-11h00 Aqua Gym	10h30-11h00 Aqua Gym	10h-10h30 Aqua Gym	10h30-11h00 Aqua Gym	10h30-11h00 Aqua Gym		
					11h-11h30 Aqua Gym	11h15-11h45 Aqua Gym
12h15-12h45 Aquabiking		12h15-12h45 Aquabiking		12h15-12h45 Aquabiking	12h15-12h45 Aquabiking	12h15-12h45 Aquabiking
13h15-14h Aqua Sculpt Stretch	13h15-14h Aqua Sculpt Stretch	13h15-14h Aqua Sculpt Stretch	13h15-14h Aqua Sculpt Stretch	13h15-14h Aqua Sculpt Stretch	13h15-14h Aqua Sculpt Stretch	
15h-15h30 Aqua Gym	15h-15h30 Aqua Gym	15h-15h30 Aqua Gym	15h-15h30 Aqua Gym	15h-15h30 Aqua Gym	15h-15h30 Aqua Gym	15h-15h30 Aqua Gym
16h15-16h45 Aqua Gym	16h15-16h45 Aqua Gym	16h15-16h45 Aqua Gym	16h15-16h45 Aqua Gym	16h15-16h45 Aqua Gym	16h15-16h45 Aqua Gym	16h15-16h45 Aqua Gym
17h30-18h00 Aquabiking	17h30-18h00 Aquabiking	17h30-18h00 Aquabiking	17h30-18h00 Aquabiking	17h30-18h00 Aquabiking	17h30-18h00 Aquabiking	17h30-18h Aqua Gym
17h45-18h30 Aqua Gym	17h45-18h30 Aqua Gym	17h45-18h30 Aqua Gym	17h45-18h30 Aqua Gym	17h45-18h30 Aqua Gym	17h45-18h30 Aqua Gym	

Activités payantes, sur réservation (tarifs nous consulter) :

- **Aquabiking** (30') : cours d'aquagym tonique privilégiant l'activité cardiovasculaire et le renforcement musculaire.

Plannings susceptibles d'être modifiés sans préavis. Consulter le planning à l'accueil.

Planning des activités en libre accès en
salle de Fitness.

Valable jusqu'au 31/12/2022

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
9h45 - 10h30 FAC	9h45 - 10h30 GYM BALLON	9h45-10h30 Body Sculpt	9h45-10h15 Gym douce	9h45 - 10h30 FAC	10h-10h45 GYM BALLON	10h-11h Yoga
10h45-11h15 Stretching	10h45-11h15 Stretching	10h45-11h30 Pilates	10h45-11h45 Spé buste Stretching	10h45-11h15 Stretching	11h-12h Yoga	
11h30-12h30 Yoga	11h30-12h30 Pilates	12h-13h Yoga	12h-13h Marche active	11h30-12h30 Yoga	12h15-12h45 Stretching	
13h-13h45 ABDOS Stretching		13h15-13h45 FAC Stretching	12h-13h Yoga			
	14h15-15h15 Marche active	14h15-15h GYM BALLON			14h30-15h Gym Relax	14h30-15h Gym Relax
		15h15-16h FAC Stretching		15h-15h45 GYM BALLON	15h15-15h45 Stretching	
16h-16h45 Body Sculpt	16h-16h45 Stretching	16h15-17h15 Marche active	16h-16h30 Gym douce	16h-16h45 Body Sculpt	16h-16h45 Pilates	16h15-17h15 Yoga
17h-17h30 Stretching	17h-17h45 Pilates	17h-17h30 Stretching	17h-17h45 Pilates	17h-17h30 Stretching	17h-17h45 Pilates	
						18h-18h45 GYM BALLON
18h45-19h45 Pilates	18h45-19h45 Yoga	18h45-19h45 Pilates	18h45-19h45 Yoga	18h45-19h45 Pilates	18h45-19h45 Yoga	

Plannings susceptibles d'être modifiés sans préavis. Consulter le planning à l'accueil.