

PLANNING COURS COLLECTIFS 2021

DANS LE RESPECT DES
CONSIGNES SANITAIRES EN VIGUEUR

*Au plaisir
de vous retrouver*

...

DIMANCHE

10h15 _____

 **BÉBÉS NAGEURS**
30 mn

10h45 _____

 **JARDIN AQUATIQUE**
1h

...
*pour une bouffée
de Bien-être !*

LUNDI

14h30 _____

TOTAL RENFO 45 mn

15h30 _____

BODY STRETCH 45 mn

16h30 _____

AQUAGYM 40 mn

18h00 _____

CIRCUIT FAC 45 mn

19h00 _____

POSTURAL BALL 45 mn

MARDI

14h30 _____

YOGA 1h30

16h30 _____

AQUAGYM 40 mn

18h00 _____

CIRCUIT TRAINING 45 mn

19h _____

CIRCUIT MINCEUR 45 mn **ZUMBA** 45 mn

MERCREDI

10h15 _____

 **JARDIN AQUATIQUE** 1h30 **GYM SENIORS** 45 mn

11h15 _____

POSTURAL BALL 45 mn

14h30 _____

PILATES 50 mn

15h30 _____

DANCE KIDS 45 mn

16h30 _____

AQUABIKE JUMP 45 mn

18h00 _____

CIRCUIT SENIORS 45 mn

19h00 _____

TOTAL RENFO 45 mn

JEUDI

10h15 _____

CARDIO RENFO 45 mn

11h15 _____

STRETCHING 45 mn

14h30 _____

YOGA 1h30

16h30 _____

AQUAGYM 40 mn

18h00 _____

BODY BARRE 45 mn

19h00 _____

STRETCH 45 mn **AQUABIKE JUMP** 45 mn

