

MATIN

APRÈS-MIDI

SOIR

	7h	8h	9h	10h	11h	12h	13h	14h	15h	16h	17h	18h	19h	20h	21h	22h	
LUNDI ⌚ OUVERTURE: 9H 🔒 FERMETURE: 22H				Bodysculpt 9h15 (45') R P M 9h30 (45')	Stretching 10h00 (30') Aquabiking 10h15 (45')	C.A.F + Stretching 11h00 (60') Aquagym 11h00 (45')	Bodypump 12h30 (45') Aquabiking 12h30 (45')			R P M 14h15 (45')	R P M 15h30 (45') Aquagym 15h45 (45')		Bodysculpt 17h30 (45') Aquabiking 17h30 (45')	Bodypump 18h15 (60') Aquagym 18h15 (45')	Bodyattack 19h15 (60') Aquabiking 19h00 (45')	Bodybalance 20h15 (60') R P M 20h00 (45')	
MARDI ⌚ OUVERTURE: 7H 🔒 FERMETURE: 21H	R P M 7h30 (45')		C.A.F 9h15 (45') R P M 9h30 (45')	Zumba 10h00 (45') Aquagym 10h00 (45')	Stretching 10h45 (30') Aquabiking 10h45 (45')		R P M 12h30 (45')		R P M 14h15 (45')	R P M 15h30 (45') Aquabiking 15h00 (45') Aquagym 15h45 (30')	R P M 16h15 (45')		Bodypump 17h30 (30') Aquagym 18h00 (45')	Bodysculpt 18h00 (45') Aquabiking 18h45 (45')	Step 18h45 (45')	Bodyjam 19h30 (60') R P M 19h45 (45')	
MERCREDI ⌚ OUVERTURE: 9H 🔒 FERMETURE: 22H			Bodypump 9h15 (45') R P M 10h00 (30')		R P M 11h00 (45') Aquagym 10h30 (45') Aquabiking 11h15 (45')		Bodypump 12h30 (45') Aquagym 12h30 (45')		R P M 14h15 (45')	R P M 15h30 (45') Aquagym 15h45 (45')	C.A.F + Stretching 16h00 (60')	Bodybalance 17h30 (60') Aquabiking 17h30 (45')	Bodypump 18h30 (60') Aquabiking 18h15 (45')	Zumba 19h30 (60') R P M 19h30 (45')	Yoga 20h30 (60') R P M 20h45 (45')		
JEUDI ⌚ OUVERTURE: 7H 🔒 FERMETURE: 21H	R P M 7h30 (45')		Bodybalance 9h15 (45') R P M 9h30 (45')	Bodyjam 10h00 (45') Aquagym 10h00 (45')	Stretching 11h00 (30') Aquabiking 10h45 (45')		Yoga 12h30 (60') R P M 12h30 (45')		R P M 14h15 (45')	R P M 15h30 (45') Aquagym 15h00 (30') Aquabiking 15h30 (45')		Pilates 17h30 (45') Aquagym 17h30 (45')	Abdos 18h15 Aquabiking 18h30 (45')	Bodyattack 18h30 (60')	Bodypump 19h30 (60') R P M 19h00 (45')		
VENDREDI ⌚ OUVERTURE: 9H 🔒 FERMETURE: 21H			Pilates 9h15 (45') R P M 9h30 (45')	A.F 10h00 (30') R P M 10h30 (45') Aquagym 10h30 (45')	Stretching 10h30 (30')		Bodybalance 12h30 (45') Aquabiking 12h30 (45')		A.F 14h30 (30') R P M 14h15 (45')	R P M 15h30 (45') Aquagym 15h00 (45')		A.F 17h30 (30') R P M 17h30 (45') Aquabiking 17h30 (45')	Bodypump 18h00 (45') Aquagym 18h15 (30')	Zumba 19h00 (60') R P M 19h00 (45')			
SAMEDI ⌚ OUVERTURE: 9H 🔒 FERMETURE: 18H			Bodypump 9h30 (60') R P M 9h30 (45')	Bodysculpt 10h30 (60') Aquagym 10h30 (45')	Stretching 11h30 (30') Aquabiking 11h30 (45')			A.F 14h00 (30') Aquabiking 14h00 (45')	Stretching 15h00 (30') Aquagym 14h45 (45')	R P M 14h30 (30') R P M 15h30 (45')							
DIMANCHE ⌚ OUVERTURE: 9H 🔒 FERMETURE: 13H			Bodysculpt 9h30 (45') R P M 9h30 (45')	R P M 10h30 (45') Aquagym 10h30 (45')	Stretching 11h30 (30')												

Salle Cours
Piscine
RPM