

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMEDI	DIMANCHE
9H00							
9H30	<b>AQUABIKE</b> (9H30 à 10H15)	<b>AQUABIKE</b> (9H30 à 10H15)	<b>AQUAGYM</b> (9H30 à 10H15)	<b>AQUASLIM</b> (9H30 à 10H15)	<b>AQUAGYM</b> (9H30 à 10H15)	<b>AQUASLIM</b> (9H30 à 10H15)	<b>AQUABIKE</b> (9H30 à 10H15)
10H00							
10H30	<b>AQUASLIM</b> (10H30 à 11H15)	<b>AQUAGYM</b> (10H30 à 11H15)	<b>AQUABIKE</b> (10H30 à 11H15)	<b>AQUAGYM</b> (10H30 à 11H15)	<b>AQUASLIM</b> (10H30 à 11H15)	<b>AQUABIKE</b> (10H30 à 11H15)	<b>AQUASLIM</b> (10H30 à 11H15)
11H00							
11H30	<b>AQUATRaining</b> (11H30 à 12H15)	<b>AQUASLIM</b> (11H30 à 12H15)	<b>AQUAGYM</b> (11H30 à 12H15)	<b>AQUABOXING</b> (11H30 à 12H15)	<b>AQUABIKE</b> (11H30 à 12H15)	<b>AQUABOXING</b> (11H30 à 12H15)	<b>AQUAMIX</b> (11H30 à 12H15)
12H00							
12H30	<b>AQUABIKE</b> (12H30 à 13H15)	<b>AQUAMIX</b> (12H30 à 13H15)	<b>AQUASLIM</b> (12H30 à 13H15)	<b>AQUABIKE</b> (12H30 à 13H15)	<b>AQUABOXING</b> (12H30 à 13H15)	<b>LEÇON NATATION #1</b> (12H30 à 13H00)	<b>ÉVEIL AQUATIQUE</b> (12H30 à 13H00)
13H00						<b>LEÇON NATATION #2</b> (13H00 à 13H30)	<b>LEÇON NATATION #1</b> (13H00 à 13H30)
13H30							
14H00							
14H30							
15H00			<b>LEÇON NATATION #2</b> (15H00 à 15H30)				
15H30			<b>LEÇON NATATION #1</b> (15H30 à 16H00)				
16H00			<b>ÉVEIL AQUATIQUE</b> (16H00 à 16H30)				
16H30	<b>AQUASLIM</b> (16H30 à 17H15)	<b>AQUABOXING</b> (16H30 à 17H15)		<b>AQUABIKE</b> (16H30 à 17H15)	<b>AQUASLIM</b> (16H30 à 17H15)		
17H00			<b>AQUASLIM</b> (17H00 à 17H45)				
17H30	<b>AQUASLIM</b> (17H30 à 18H15)	<b>AQUABIKE</b> (17H30 à 18H15)		<b>AQUASLIM</b> (17H30 à 18H15)	<b>AQUABOXING</b> (17H30 à 18H15)		
18H00			<b>AQUAMIX</b> (18H00 à 18H45)				
18H30	<b>AQUABIKE</b> (18H30 à 19H15)	<b>AQUASLIM</b> (18H30 à 19H15)		<b>AQUABOXING</b> (18H30 à 19H15)	<b>AQUABIKE</b> (18H30 à 19H15)		
19H00			<b>AQUABIKE</b> (19H00 à 19H45)				
19H30	<b>AQUABOXING</b> (19H30 à 20H15)	<b>AQUABIKE</b> (19H30 à 20H15)		<b>AQUATRaining</b> (19H30 à 20H15)	<b>AQUASLIM</b> (19H30 à 20H15)		
20H00			<b>AQUASLIM</b> (20H00 à 20H45)				
20H30	<b>AQUABIKE</b> (20H30 à 21H15)	<b>AQUATRaining</b> (20H30 à 21H15)					
21H00							

**ANNULATION IMPOSSIBLE 24H AVANT L'HEURE DU COURS QUI A ÉTÉ RÉSERVÉ**

**AQUAGYM** > Travail complet et en douceur pour un maximum de résultats.

**AQUASLIM** > Version revistée de l'aquagym dessiner et affiner votre silhouette.

**AQUABOXING** > Combinaison simple de coup de poing, coup de pieds sur rythme cardio.

**AQUABIKE** > Lutte efficacement contre la cellulite, Remodelez vos cuisses et vos fessiers.

**AQUATRaining** > Circuit training ultra complet, à bas la cellulite et les kilos superflus.

**AQUAMIX** > Combo parfait entre L'Aquabike et L'Aquaslim

**ÉVEIL AQUATIQUE** > Approvisionnement par l'enfant du milieu aquatique  
**3 ans à 6 ans**

**LEÇON DE NATATION** > Leçons et perfectionnement niveau 1 et 2  
**à partir de 6 ans**