

PLANNING 2025 / 2026



PLANNING AQUA'

Horaires	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
09h15	AQUA' VÉLO	AQUA' GYM	AQUA' VÉLO	AQUA' GYM	AQUA' GYM / AQUA' VÉLO	BÉBÉ NAGEUR 9H00 9H30 10H00 10H30 11H00 AQUA KIDS 11H45 12H15 1 WEEK-END / MOIS
10h15	AQUA' GYM	AQUA' DOUX	AQUA' TRAINING	AQUA' GYM / AQUA' VÉLO	AQUA' GYM	
11h15	AQUA' GYM / AQUA' VÉLO	AQUA' GYM / AQUA' VÉLO	COURS PARTICULIERS 			
12h30	AQUA' TRAINING	AQUA' VÉLO	AQUA' COMBAT	AQUA' VÉLO	AQUA' TRAINING	
14h00			COURS PARTICULIERS 			
15h00	AQUA' GYM		AQUA' GYM / AQUA' VÉLO		AQUA' GYM	COURS PARTICULIERS  DE 14H00 À 18H00 1 WEEK-END / MOIS
16h00	AQUA' GYM / AQUA' VÉLO		AQUA' DOUX		AQUA' VÉLO	
17h30	AQUA' TRAINING	AQUA' VÉLO	AQUA' GYM	AQUA' COMBAT / AQUA' VÉLO	AQUA' VÉLO	
18h30	AQUA' VÉLO	AQUA' TRAINING	AQUA' VÉLO	AQUA' TRAINING	AQUA' GYM	
19h30			AQUA' GYM / AQUA' VÉLO	AQUA' VÉLO		

* Ce planning peut-être évolutif en fonction de la demande

PLANNING 2025/2026



PLANNING YOGA / PILATES

<i>Horaires</i>	<i>Lundi</i>	<i>Mardi</i>	<i>Mercredi</i>	<i>Jeudi</i>	<i>Vendredi</i>
09h30 / 10h30			RENFO MUSCULAIRE		
10h30 / 11h30	YOGA DOUX		GYM DU DOS		SOPHROLOGIE
12h30 / 13h15			RENFO MUSCULAIRE		RENFO MUSCULAIRE
17h30 / 18h30	VINYASA YOGA	GYM DU DOS	HATHA DOUX	YOGA DOUX	SOPHROLOGIE
18h30 / 19h30	VINYASA YOGA	RENFO MUSCULAIRE	YOGA DOUX	HATHA DOUX	
19h30 / 20h30		GYM DU DOS			

* Ce planning peut-être évolutif en fonction de la demande