

PLANNING DES COURS SPORTIFS DU 31 JUILLET AU 03 SEPTEMBRE

STUDIO + COURS SPORTIFS

HORAIRES DES COURS SPORTIFS

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
11h45 - 14h15	Studio	Studio	Studio	Studio	Studio
12h30 - 13h15	Pilates	Group Cycle	Group Cycle		
12h30 - 13h30				Yoga	
18h30 - 19h15	Zumba		Pilates	Core Training	Power Workout
18h30 - 19h30		Body Shape			

INFORMATIONS

Pas de cours au Studio et au Centre Aquatique le :

Mardi 15/08:
Assomption

Lundi 28/08:
Coque Team Event



HORAIRES DES COURS AQUATIQUES

!! ATTENTION: Il n'aura pas de cours aquatiques du 12/08 au 28/08 en raison de la fermeture du Centre Aquatique !!

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
10h45 - 11h30							Aqua-Circuit
11h45 - 12h30							Aqua-Fit
12h30 - 13h15	Aqua-Fit	Aqua-Bike	Aqua-Bike	Aqua-Jogging	Aqua-Fit		
18h45 - 19h30		Aqua-Bike	Aqua-Circuit	Aqua-Bike			
19h45 - 20h30			Aqua-Fit				