



# PLANNING DES ACTIVITES

SEPTEMBRE 2024

■ AQUAFITNESS ■ NATATION ■ SUR MESURE

2 gammes de cours : océan (intense) ou lagon (modéré)

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMEDI
			aqua'DOUCEUR lagon 8h00 - 8h45		
aqua'BIKE CORE océan 9h00 - 9h45	aqua'GYM lagon 9h00 - 9h45	aqua'DYNAMIC océan 9h00 - 9h45	aqua'FITBIKE océan 9h00 - 9h45	aqua'DOUCEUR lagon 9h00 - 9h45	aqua'SVELTE océan 09h00 - 09h45
aqua'DOS lagon 10h05 - 10h50	aqua'DYNAMIC océan 10h05 - 10h50	aqua'FITBIKE océan 10h05 - 10h50	aqua'DUO lagon 10h05 - 10h50	aqua'SVELTE océan 10h05 - 10h50	aqua'DUO lagon 10h00 - 10h45
aqua'DOUCEUR lagon 11h10 - 11h55	aqua'DUO lagon 11h10 - 11h55	aqua'DREAM lagon 11h10 - 11h55	aqua'GYM lagon 11h10 - 11h55	aqua'DOS lagon 11h10 - 11h55	aqua'FITBIKE océan 11h00 - 11h45
aqua'DYNAMIC océan 12h20 - 13h05	aqua'BIKE CORE océan 12h20 - 13h05	aqua'WORK océan 12h20 - 13h05	aqua'SVELTE océan 12h20 - 13h05	aqua'CIRCUIT océan 12h20 - 13h05	
aqua'DUO lagon 13h30 - 14h15	aqua'DOUCEUR lagon 13h30 - 14h15	aqua'KIDS 1 natation 13h45 - 14h30 14h30 - 15h15  aqua'KIDS 2 natation 15h15 - 16h00  aqua'KIDS 3. natation 16h15 - 17h00	aqua'SCULPT lagon 13h30 - 14h15	aqua'DREAM lagon 13h30 - 14h15	aqua'COACH - FAMILY - ANNIV 14h00 - 18h00
aqua'DREAM lagon 14h30 - 15h15					
aqua'GYM lagon 15h30 - 16h15				aqua'ADULTES natation 15h - 16h00	
	aqua'DOS lagon 16h30 - 17h15		aqua'LIBERTY lagon 16h30 - 17h15	aqua'GYM lagon 16h30 - 17h15	
aqua'WORK océan 17h30 - 18h15	aqua'CIRCUIT lagon 17h30 - 18h15	aqua'GYM lagon 17h30 - 18h15	aqua'BIKE CORE océan 17h30 - 18h15	aqua'SVELTE océan 17h30 - 18h15	
aqua'DYNAMIC océan 18h30 - 19h15	aqua'FITBIKE océan 18h30 - 19h15	aqua'DUO lagon 18h30 - 19h15	aqua'DYNAMIC océan 18h30 - 19h15	aqua'BIKECORE XL océan 18h30 - 19h25	
aqua'FITBIKE océan 19h30 - 20h15	aqua'BOXING océan 19h30 - 20h15	aqua'BIKE CORE océan 19h30 - 20h15	aqua'BOXING océan 19h30 - 20h15		

Le planning est susceptible d'évoluer en cours d'année - 3 personnes minimum par séance



## Tableau 1