

ACTIVITÉS À LA SÉANCE 2023 / 2024									
	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMEDI	DIMANCHE		
8h à 8h45		AQUAGYM Bassin Ludique 8h - 8h45 Places : 40							
9h à 9h45	AQUAGYM Bassin Ludique 9h - 9h45 Places : 40	AQUAFITNESS Bassin Ludique 9h - 9h45 Places : 40	AQUAGYM Bassin Ludique 9h - 9h45 Places : 40	AQUAFITNESS Bassin Ludique 9h - 9h45 Places : 40	AQUAGYM Bassin Ludique 9h - 9h45 Places : 40	EXPLO FAMILY Bassin Ludique 11h00 - 11h45 Places : 40			
10h à 10h45	AQUAFITNESS Bassin Ludique 10h - 10h45 Places : 25	AQUAFITNESS Bassin Ludique 10h - 10h45 Places : 25	AQUAFITNESS Bassin Ludique 10h - 10h45 Places : 25	AQUABIKE Bassin toboggan 10h - 10h45 Places : 8	AQUAFITNESS Bassin Ludique 10h - 10h45 Places : 25	AQUAFITNESS Bassin Ludique 10h - 10h45 Places : 25	Bien être Femmes enceintes Bassin détente 11h00-11h45 Places : 10	BÉBÉS NAGEURS Bassin Ludique 10h00 - 10h45 Places : 40	
11h à 11h45							BÉBÉS NAGEURS Bassin Ludique 10h00 - 10h45 Places : 40	Bien être Femmes enceintes Bassin détente 11h00-11h45 Places : 10	
12h30 à 13h15	AQUAFITNESS Bassin Ludique 12h30 - 13h15 Places : 25	AQUABIKE Bassin toboggan 12h30 - 13h15 Places : 8	CIRCUIT TRAINING Bassin toboggan 12h30 - 13h15 Places : 12	AQUAPERF Bassin Entraînement 12h30 - 13h15 Places : 14		CIRCUIT TRAINING Bassin toboggan 12h30 - 13h15 Places : 12	AQUAPERF Bassin Entraînement 12h30 - 13h15 Places : 14	AQUAFITNESS Bassin Ludique 12h30 - 13h15 Places : 25	
13h à 14h								AQUAPHOBIE Bassin ludique 13h - 14h Places : 12	
14h à 15h								Perfectionnement Adulte Bassin Entraînement 14h - 15h Places : 14	
15h à 16h								Natation Adolescent Bassin Entraînement 15h - 16h Places : 14	
16h30 à 17h15	CIRCUIT TRAINING Bassin toboggan 16h30 - 17h15 Places : 12	AQUABIKE Bassin toboggan 12h30 - 13h15 Places : 8							
19h30 à 20h15	AQUAFITNESS Bassin Ludique 19h30 - 20h15 Places : 40	CIRCUIT TRAINING Bassin toboggan 19h30 - 20h15 Places : 12	CIRCUIT TRAINING Bassin toboggan 19h30 - 20h15 Places : 12	AQUAFITNESS Bassin Ludique 19h30 - 20h15 Places : 40	CROSSWIM Bassin Entraînement 19h30 - 20h15 Places : 14	AQUAFITNESS Bassin Ludique 19h30 - 20h15 Places : 25	CIRCUIT TRAINING Bassin toboggan 19h30 - 20h15 Places : 12	AQUAFITNESS Bassin Ludique 19h30 - 20h15 Places : 40	AQUABIKE Bassin toboggan 19h30 - 20h15 Places : 8

INTENSITÉ

APPRENTISSAGE