

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche		
8h30 > 9h15 Aquabalance	<div style="border: 2px solid white; border-radius: 20px; padding: 20px; text-align: center; background-color: #f4a460;"> <p>PLANNING AQUAFITNESS Valable à partir du 3 janvier 2017</p> </div>			8h30 > 9h15 Aquabalance	8h45 > 10h00 Bébés nageurs	9h15 > 10h00 AquaFit		
9h30 > 10h00 Aquabike*				09h30 > 10h00 Aquabike*	10h15 > 11h00 Kid's - Mania	11h15 > 12h00 Aquaforme	11h15 > 12h00 Aquaforme	 <p>09.71.00.28.75 infos@ca-iliade.fr</p>
11h15 > 12h00 AquaFit				12h15 > 13h00 Aquaforme	12h15 > 12h45 Aquabike*	12h15 > 13h00 Aquaforme	12h00 > 12h30 Aquarelax	
				13h15 > 13h45 Aquabike*	13h00 > 13h45 BodyPalm	12h15 > 13h00 AquaFit		
15h45 > 16h30 Aquabalance	15h45 > 16h30 AquaFit		15h45 > 16h30 Aquabalance					
18h15 > 18h45 Aquabike*	18h15 > 19h00 Aquabuilding	18h15 > 18h45 Aquabike*	18h15 > 19h00 AquaFit	18h45 > 19h15 Aquabike*				
19h00 > 19h45 BodyPalm	19h15 > 19h45 Aquabike*	19h00 > 19h45 Aquaforme	19h15 > 19h45 Aquabike*	19h30 > 20h15 Aquaboxing				

Intensité :
Douce à modérée
Modérée à rythmée
Rythmée à intense
Très intense

NPJSVP
* Sur réservation, prévoir les chaussures adaptées.

Document non contractuel, la direction se réserve la possibilité de modifier ce planning en fonction des impératifs de fonctionnement.