

# L'AQUARELLE

EAU, SPORT, BIEN-ÊTRE

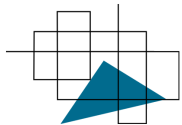
# PLANNING DES COURS FITNESS & AQUATIQUE

**OUVERT**  
7j/7

Du lundi au vendredi 9h-21h / Samedi & dimanche 9h-20h

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	
MATIN	<b>FITNESS</b> 9h30-11h30 EMS	<b>AQUA</b> 9h30-11h30 EMS	<b>FITNESS</b> 9h30-11h30 EMS	<b>AQUA</b> 10h-10h45 AQUA STRETCHING 11h-11h45 AQUAGYM	<b>FITNESS</b> 9h30-11h30 EMS	<b>AQUA</b> 9h30-11h30 EMS	
		11h-11h45 AQUAFITNESS	11h-11h45 AQUAGYM	11h-11h45 AQUAGYM	11h-11h45 AQUAGYM	11h-11h45 AQUABODY	
MIDI	12h30-13h15 ABDOS FESSIERS	12h30-13h15 AQUABIKE 2	12h30-13h15 LES MILLS RPM	12h30-13h PADDLE	12h30-13h15 LES MILLS BODYPUMP	12h30-13h15 AQUA TRAINING	
APRÈS-MIDI	15h-17h EMS	15h-17h EMS		13h-13h45 AQUASANTE*	15h-17h EMS		
	16h30-17h15 AQUABIKE 1		16h-16h45 AQUASANTE*	16h-16h45 AQUASANTE*		14h15-14h45 SUPERBIKE	
		17h-17h45 AQUABODY	17h-17h45 AQUABIKE 2	17h-17h45 AQUA TRAINING	17h-17h45 AQUAGYM	17h45-18h30 AQUA TRAINING	
SOIR	18h-18h30 CROSSFIT	18h-18h45 AQUAGYM	18h-18h45 BOOTCAMP	18h-18h30 ROWING	18h-18h45 LES MILLS RPM	18h-18h45 AQUA TRAINING	
	18h45-19h30 LES MILLS BODYPUMP	19h-19h45 AQUA POWER	18h45-19h30 ZUMBA	18h15-19h AQUABODY	18h-18h45 AQUA BOXING	18h-18h45 LES MILLS BODYCOMBAT	
	19h30-20h15 LES MILLS RPM	19h15-20h AQUACASER	19h15-20h AQUAJUMP	19h15-19h AQUABODY	19h15-20h AQUA POWER	18h15-18h45 SUPERBIKE	
		19h30-20h15 PILATES	19h30-20h15 STEP	20h-20h45 ZUMBA	19h-19h45 STRETCHING	19h15-20h AQUA BOXING	
						<b>DIMANCHE</b>	
						<b>FITNESS</b> 10h-10h45 ABDOS FESSIERS	<b>AQUA</b> 9h-10h45 BÉBÉS NAGEURS
						11h-11h45 LES MILLS RPM	11h15-12h AQUABIKE 2

\* Réservé aux personnes participant au programme « Forme Santé »



**L'AQUARELLE**  
EAU, SPORT, BIEN-ÊTRE

# PLANNING BASSIN EXTÉRIEUR & TOBOGGAN

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Période scolaire	16h - 19h	10h30 - 12h15 et 16h - 19h	14h - 19h	16h - 19h	16h - 19h	9h30 - 12h15 et 14h15 - 19h	9h30 - 12h15 et 14h15 - 19h
Petites vacances*	10h30 - 12h15 et 14h - 19h	10h30 - 12h15 et 14h - 19h	10h30 - 12h15 et 14h - 19h	10h30 - 12h15 et 14h - 19h	10h30 - 12h15 et 14h - 19h	9h30 - 12h15 et 14h15 - 19h	9h30 - 12h15 et 14h15 - 19h
Vacances d'été	10h30 - 20h	10h30 - 20h	10h30 - 20h	10h30 - 20h	10h30 - 20h	9h30 - 19h	9h30 - 19h

**TOBOGGAN** OUVERT tous les jours de 9h15 à 20h20

\* Sous réserve de modifications