



Planning Hebdomadaire 2026 cours collectifs (hors apprentissage nage bébés et enfants)

LUNDI	Piscine	Salle
13:00	Nage libre	
14:00	Aqua Gym	
15:00	Aqua Bike	
18:15		Zumba
18:30		Aquamaternité
19:15		Pilates
19:30	Aqua Gym	
20:15		Pilates
20:30	Aqua Bike	

MARDI	Piscine	Salle
18:00	Aqua Bike	
19:15	Nage libre	Stretching
20:15		Renforcement Musculaire

MERCREDI	Piscine	Salle
12:00	Nage Libre	
16:30		Yoga Enfants
18:00		Yoga Vinyasa
19:00	Aqua Bike	
19:30		Pilates
20:00	Aqua Combat	
21:00	Aqua Bike	

VENDREDI	Piscine	Salle
13:15	Nage libre	
14:15	Aqua Gym	

DIMANCHE	Piscine	Salle
09:00	Aqua Bike	

JEUDI	Piscine	Salle
10:15	Aqua Gym	
11:30	Aqua Bike	
13:00	Nage libre	
17:00		Breakdance enfants
18:00	Aqua Bike	
19:00	Aqua GYM	
20:00	Nage libre	
20:15		Trampoline Workout Adultes

SAMEDI	Piscine	Salle
09:00	Aqua Gym	
10:00	Aqua Bike	

Christelle

Jérôme

Anne-Marie

Marie-Ange

Gaëlle

Mathieu

Charline