



## **Complexe aquatique piscine espace bien être**


### **Semaines paires**

 **Piscine** (sortie du bassin 30 minutes avant la fermeture du complexe)

- Mardi de 16h30 à 18h30
- Mercredi de 14h à 17h15
- Samedi de 10h à 12h et de 14h à 18h
- Dimanche de 9h à 12h


 **L'espace bien-être** (sortie du bassin 30 minutes avant la fermeture du complexe) :

- Mercredi de 14h à 19h
- Samedi de 14h à 18h
- Dimanche de 9h à 12h


 **Activités** (45 minutes de cours) :

- Cuisses, Abdos, Fessiers (CAF) : mardi 18h30 à 19h15
- Ecole de natation enfants : mercredi 10h à 11h et 11h à 12h
- Aqua-training : mercredi 18h30 à 19h15.
- Aquagym : mercredi 17h30 à 18h15 et vendredi 10h30 à 11h15
- Aqua-bike : samedi 9h à 9h45

### **Semaines impaires**

 **Piscine** (sortie du bassin 30 minutes avant la fermeture du complexe)

- Mardi de 16h30 à 18h30
- Mercredi de 14h à 17h15
- Vendredi 14h à 18h

 **L'espace bien-être** (sortie du bassin 30 minutes avant la fermeture du complexe) :

- Mercredi de 14h à 19h
- Vendredi de 14h à 18h

 **Activités** (45 minutes de cours) :

- Cuisses, Abdos, Fessiers (CAF) : mardi 18h30 à 19h15
- Ecole de natation enfants : mercredi 10h à 11h et 11h à 12h
- Aqua-training : mercredi 18h30 à 19h15.
- Aquagym : mercredi 17h30 à 18h15 et vendredi 10h30 à 11h15