



PLANNING AQUA

Du sport, des résultats et la vie qui va avec !

A partir du 27 août 2018

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI		SAMEDI	DIMANCHE
9h15	AQUA-tonic	AQUA-NRJ	AQUA-BUILDING	AQUA STEP _R	AQUA BIKE-RUN		BÉBÉS NAGEURS	BÉBÉS NAGEURS
10h15	AQUA-BUILDING	AQUA BIKE	AQUA-NRJ	AQUA BIKE-RUN	AQUA-tonic	10h45	AQUA BIKE-RUN	AQUA-tonic 10h15
11h15	AQUA BIKE-RUN	AQUA BIKE-RUN	AQUA-STRETCH _{30min 11h}		AQUA -CROSSFIT ^R	11h45	AQUA-NRJ	AQUA BIKE-RUN 11h15
12h30	AQUA-tonic	AQUA -CROSSFIT ^R	AQUA BIKE-RUN	AQUA STEP _R	AQUA BIKE		Cours de natation	
14h30	AQUA-BUILDING	AQUA-tonic	Cours de natation jusqu'à 17h30	AQUA-BUILDING	AQUA-NRJ			
15h30	AQUA BIKE-RUN			AQUA BIKE-RUN				
17h30	AQUA-tonic	AQUA BIKE-RUN	AQUA -CROSSFIT ^R	AQUA BIKE-RUN	AQUA-NRJ			
18h30	AQUA-NRJ	AQUA STEP _R	AQUA-BUILDING	AQUA -CROSSFIT ^R	AQUA BIKE-RUN			
19h30	AQUA BIKE-RUN	AQUA-BOXING	AQUA BIKE-RUN	AQUA-tonic				
20h30				AQUA BIKE-RUN				



LES MILLS

 Cours sur réservation Fermé les jours fériés

ZI des Paluds - 130 A^{ve} du Mistral - 13400 Aubagne - www.aquaforme.fr - ☎ 04 42 04 92 62

