

# Planning aquatique à partir du 1er juillet 2019

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Piscine libre 7h15 - 9h	Aqua gym 8h15 - 9h	Piscine libre 7h15 - 9h	Piscine libre 7h15 - 10h	7h15 - 9h Piscine libre	Piscine libre 9h15 - 10h30	
Aqua gym 9h15 - 10h	Piscine libre 9h - 10h15	Aqua gym 9h15 - 10h		Aqua gym 9h15 - 10h	Aqua cycling * 10h15 - 11h	Aqua gym 10h15 - 11h
Aqua cycling* 10h15 - 11h	<b>AQUACOMBAT</b> 10h15 - 11h	Aqua cycling * 10h15 - 11h	Aqua circuit * 10h15 - 11h	Aqua fitness 10h15 - 11h	Aqua fitness 11h15 - 12h	Aqua cycling * 11h15 - 12h
Piscine libre 11h00 - 12h15					Piscine libre 12h - 13h45	Piscine libre 12h - 16h45
Aqua circuit * 12h30 - 13h15	Aqua gym 12h30 - 13h15	<b>AQUAWORK</b> 12h30 - 13h15	<b>AQUACOMBAT</b> 12h30 - 13h15	Aqua cycling * 12h30 - 13h15	Aqua gym 14h - 14h45	
Piscine libre 13h15 - 14h00		Piscine libre 13h15 - 17h15	Piscine libre 13h15 - 14h			
Aqua gym 14h15 - 15h	Piscine libre 13h15 - 17h15	Parents - enfants 14h - 16h	Aqua gym 14h15 - 15h	Aqua cycling * 14h15 - 15h	Piscine libre 14h45 - 18h45	
Piscine libre 15h - 17h15			Piscine libre 15h00 - 17h15			
Aqua cycling * 17h30 - 18h15	Aqua cycling * 17h30 - 18h15	Aqua gym 17h30 - 18h15	<b>AQUAWORK</b> 17h30 - 18h15	Aqua Moov' 17h30 - 18h15		
Aqua gym 18h30 - 19h15	Aqua circuit 18h30 - 19h15	<b>AQUACOMBAT</b> 18h30 - 19h15	Aqua cycling * 18h30 - 19h15	<b>AQUACOMBAT</b> 18h30 - 19h15		
Piscine libre 19h15 - 21h45		Natation 19h30 - 20h15	HIIT Aqua 19h30 - 20h	Piscine libre 19h15 - 21h45		
	Piscine libre 20h - 21h45	Piscine libre 20h - 21h45	Piscine libre 20h - 21h45			

\* Cours sur réservation  
par internet  
[www.fitnwell.fr](http://www.fitnwell.fr) ou par  
téléphone au  
03.88.40.84.40

