

Planning aquatique à partir du 6 janvier 2020

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Piscine libre 7h15 - 9h	Aqua gym 8h15 - 9h	Piscine libre 7h15 - 9h	Piscine libre 7h15 - 10h00	Piscine libre 7h15 - 9h	Piscine libre 9h15 - 10h	
Aqua gym 9h15 - 10h	Piscine libre 9h - 10h	Aqua gym 9h15 - 10h		Aqua gym 9h15 - 10h	Aqua cycling * 10h15 - 11h	Aqua gym 10h15 - 11h
Aqua cycling* 10h15 - 11h	AQUACOMBAT 10h15 - 11h	Aqua cycling * 10h15 - 11h	AQUAWORK 10h15 - 11h	Aqua circuit * 10h15 - 11h	AQUAWORK 11h15 - 12h	Aqua cycling * 11h15 - 12h
Piscine libre 11h - 12h15					Piscine libre 12h - 13h45	Piscine libre 12h00 - 16h45
AQUAWORK 12h30 - 13h15	Aqua gym 12h30 - 13h15	Aqua circuit * 12h30 - 13h15	AQUACOMBAT 12h30 - 13h15	Aqua cycling * 12h30 - 13h15	Aqua gym 14h - 14h45	
Piscine libre 13h15 - 14h		Piscine libre 13h - 17h15 Parents-enfants 14h - 16h	Piscine libre 13h15 - 14h		Piscine libre 14h45 - 18h45	
Aqua gym 14h15 - 15h	AQUACOMBAT 14h15 - 15h		Aqua gym 14h15 - 15h	Aqua cycling * 14h15 - 15h		
Piscine libre 15h - 17h15		Piscine libre 15h - 17h15				
Aqua cycling * 17h30 - 18h15	Aqua cycling * 17h30 - 18h15	Aqua gym 17h30 - 18h15	AQUAWORK 17h30 - 18h15	AQUACOMBAT 17h30 - 18h15		
Aqua gym 18h30 - 19h15	Aqua circuit * 18h30 - 19h15	AQUACOMBAT 18h30 - 19h15	Aqua cycling * 18h30 - 19h15	Aqua gym 18h30 - 19h15		
Aqua cycling * 19h30 - 20h15	AQUACOMBAT 19h30 - 20h15	Aqua cycling * 19h30 - 20h15	Hiit Aqua 19h30 - 20h	Piscine libre 19h15 - 21h45		
Piscine libre 20h15 - 21h45			Piscine libre 20h - 21h45			

* Cours sur réservation par internet www.fitnwell.fr ou par téléphone au 03.88.40.84.40

Rappels

- Le passage par le pédiluve et une douche savonnée est obligatoire avant d'entrer dans le bassin.
- Le short de plage est interdit en piscine.
- Les sous-vêtements et maillots de bain sont interdits dans le sauna et le hammam.
- Le créneau parents-enfants permet aux membres de venir gratuitement avec leurs enfants (ou petits-enfants) de moins de 16 ans.