

## Le Club Sport

### Semaine du 5 - 11 Mars

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
		Swiss Ball 9H			Réveil Musculaire 9H30 <b>Offert</b>	
	Marche Nordique 10H		Marche Nordique 10H Longe Cote 10H sous réserve de la météo	Marche Nordique 10H	Initiation au Jogging 10H	Longe Cote 10H sous réserve des conditions météo
Aquafitness 11H Cuisses abd Fessiers 11H AquaPilates 11H30	Aquabike 11H Pilates 11H Aquarelax 11H30	Aquafitness 11H AquaPilates 11H30	Aquabike 11H Pilates 11H Aquarelax 11H30	Aquafitness 11H Cuisses abd Fessiers 11H AquaPilates 11H30	Aquabike 11H AquaPilates 11H30	Aquafitness Power 11H AquaBike 11H30
	Swiss Ball 12H	Circuit Training 12H			Swiss Ball 12H	AquaPilates 12H  Stretching 12H
	Respirologie Bulled'R 14H					
Aquabike 14H30  Aquarelax 15H	Aquabike 14H30 Respirologie T'R mère 14H45  Aquafitness 15H	Aquabike 14H30  Aquarelax 15H	Aquabike 14H30  Aquafitness 15H	Aquabike 14H30  Aquarelax 15H	Aquarelax 14H30  Cuisses abd Fessiers 15H Aquabike 15H Aquabike 15H30	Aquabike 14H30  Aquarelax 15H  Pilates 15H
Pilates 16H		Cuisses abd Fessiers 16H	Stretching 16H	Swiss Ball 16H	Aquarelax 16H Circuit Training 16H	
AquaPilates 17H  AquaRelax 17H30			AquaPilates 17H  AquaRelax 17H30	AquaPilates 17H  AquaRelax 17H30		
Aquabike 18H  AquaFit Power 18H30	Circuit Training 18H	Yoga 18H Réservation 24h à l'avance	Aquabike 18H Cuisses abd Fessiers 18H AquaFit Power 18H30	Aquabike 18H AquaFit Power 18H30		

Pour toute inscription à des activités sportives ou des coachings privés, merci d'effectuer votre réservation à l'avance en contactant l'accueil de l'institut au 2570 du lundi au samedi de 8H30 à 20H00 et le dimanche de 8H30 à 17H00.