

# Aquasports

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
09h15 (45) <b>aquafitness</b>	09h15 (45) <b>aquafitness</b>	09h15 (45) <b>aquafitness</b>	09h15 (45) <b>aquafitness</b>	10h10 (45) <b>aquafitness</b>	09h00 (90) <b>bb nageur</b>	09h30 (30) <b>aquabiking</b>
12h30 (45) <b>aquafitness</b>	12h30 (30) <b>aquabiking</b>	12h30 (30) <b>aquabiking</b>	12h30 (45) <b>aquafitness</b>	12h30 (30) <b>aquabiking</b>	10h40 (45) <b>aquarelax</b>	
18h00 (30) <b>aquabiking</b>	16h15 (45) <b>aquafitness</b>	17h30 (30) <b>aquabiking</b>	17h30 (30) <b>aquabiking</b>	18h15 (30) <b>aquabiking</b>	11h30 (45) <b>bodypalm</b>	
18h45 (30) <b>aquabiking</b>	17h30 (30) <b>aquabiking</b>	18h15 (45) <b>aquafitness</b>	18h30 (30) <b>aquabiking</b>		12h30 (30) <b>aquabiking</b>	
19h15 (45) <b>aquafitness</b>	19h15 (45) <b>aquafitness</b>	19h15 (45) <b>aquaboxing</b>	19h15 (45) <b>aquafitness</b>	19h00 (45) <b>bodypalm</b>		
20h15 (30) <b>aquabiking</b>	<b>bodypalm</b>	20h15 (30) <b>aquabiking</b>	20h15 (30) <b>aquabiking</b>			
	20h15 (30) <b>aquabiking</b>					



intensités

COOL TONIC BOOST XTREM

**activités Premium**  
sur réservation  
au ☎ 02 43 54 01 70

A partir du lundi 31 août 2020

Document non-contractuel, la direction se réserve la possibilité de changer les horaires en fonction des impératifs de fonctionnement. Merci de votre compréhension :)

# Fitness

Lundi

09h45 <sup>(30)</sup>

**blueball**

11h00 <sup>(45)</sup>

**stretching**

12h30 <sup>(45)</sup>

**BOXING HBX**

17h00 <sup>(45)</sup>

**LES MILLS RPM**

18h00 <sup>(45)</sup>

**BOXING HBX**

18h50 <sup>(45)</sup>

**LES MILLS BODYATTACK**

19h40 <sup>(1h)</sup>

**LES MILLS BODYPUMP**

Mardi

10h00 <sup>(45)</sup>

**caf**

11h00 <sup>(45)</sup>

**LES MILLS RPM**

18h00 <sup>(45)</sup>

**blueball**

18h50 <sup>(1h)</sup>

**pilates**

**x - r u n**

19h40 <sup>(45)</sup>

**BOXING HBX**

Mercredi

10h00 <sup>(45)</sup>

**stretching**

11h00 <sup>(45)</sup>

**BOXING HBX**

18h00 <sup>(45)</sup>

**hiit**

18h50 <sup>(45)</sup>

**LES MILLS BODYATTACK**

19h40 <sup>(45)</sup>

**LES MILLS RPM**

Jeudi

10h00 <sup>(45)</sup>

**BOXING HBX**

11h00 <sup>(45)</sup>

**blueball**

17h00 <sup>(45)</sup>

**stretching**

18h00 <sup>(45)</sup>

**LES MILLS RPM**

18h50 <sup>(45)</sup>

**LES MILLS BODYPUMP**

19h40 <sup>(1h)</sup>

**pilates**

Vendredi

10h00 <sup>(45)</sup>

**LES MILLS RPM**

11h00 <sup>(1h)</sup>

**pilates**

17h30 <sup>(45)</sup>

**caf**

**x - r u n**

18h30 <sup>(45)</sup>

**BOXING HBX**

Samedi

10h00 <sup>(30)</sup>

**circ. training**

10h40 <sup>(30)</sup>

**LES MILLS BODYATTACK**

11h15 <sup>(45)</sup>

**stretching**

Dimanche



**Sittellia**  
centre aquatique & forme

intensités

COOL TONIC BOOST XTREM

**activités Premium**  
sur réservation  
au ☎ 02 43 54 01 70

A partir du lundi 31 août 2020

Document non-contractuel, la direction se réserve la possibilité de changer les horaires en fonction des impératifs de fonctionnement. Merci de votre compréhension :)

# Natation

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Samedi

Dimanche

17h00 <sup>45</sup>  
**ludinage**

18h00 <sup>45</sup>  
**ludinage**

19h00 <sup>45</sup>  
**perfection.**

**ludinage**

17h00 <sup>45</sup>  
**ludinage**

18h00 <sup>45</sup>  
**ludinage**

13h00 <sup>45</sup>  
**ludinage**

14h00 <sup>45</sup>  
**ludinage**

15h00 <sup>45</sup>  
**ludinage**

16h00 <sup>45</sup>  
**ludinage**

17h00 <sup>45</sup>  
**perfection.**

18h00 <sup>45</sup>  
**perfection.**

**ludinage**

19h00 <sup>45</sup>  
**perfection.**

17h00 <sup>45</sup>  
**ludinage**

18h00 <sup>45</sup>  
**perfection.**

19h00 <sup>45</sup>  
**natation perf**

17h00 <sup>45</sup>  
**ludinage**

**ludinage**

18h00 <sup>45</sup>  
**natation perf**

09h00 <sup>90</sup>  
**bb nageur**



intensités

COOL TONIC BOOST XTREM

 activités Premium  
sur réservation  
au ☎ 02 43 54 01 70

Du 14-09-20 au 11-06-2021

Document non-contractuel, la direction se réserve la possibilité de changer les horaires en fonction des impératifs de fonctionnement. Merci de votre compréhension :)