

# Aquasports

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Samedi

Dimanche

09h15 <sup>(45)</sup>

aquafitness

09h15 <sup>(45)</sup>

aquafitness

09h15 <sup>(45)</sup>

aquafitness

09h15 <sup>(45)</sup>

aquafitness

10h10 <sup>(45)</sup>

aquafitness

09h00 <sup>(90)</sup>

bb nageur

10h40 <sup>(45)</sup>

Aquarelax

11h30 <sup>(45)</sup>

bodypalm

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

aquafitness

12h30 <sup>(30)</sup>

aquabiking

12h30 <sup>(30)</sup>

aquabiking

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

aquafitness

12h30 <sup>(30)</sup>

aquabiking

12h30 <sup>(30)</sup>

aquabiking

16h15 <sup>(45)</sup>

aquafitness

17h30 <sup>(30)</sup>

aquabiking

18h30 <sup>(30)</sup>

aquabiking

18h15 <sup>(30)</sup>

aquabiking

18h00 <sup>(30)</sup>

aquabiking

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

aquabiking

18h00 <sup>(15)</sup>

aquabiking

18h15 <sup>(45)</sup>

aquafitness

19h15 <sup>(45)</sup>

aquafitness

19h15 <sup>(45)</sup>

aquafitness

bodypalm

20h15 <sup>(30)</sup>

aquabiking

19h15 <sup>(45)</sup>

aquaboxing

20h15 <sup>(30)</sup>

aquabiking

19h15 <sup>(45)</sup>

aquafitness

20h15 <sup>(30)</sup>

aquabiking

19h15 <sup>(45)</sup>

bodypalm



Sittellia  
centre aqualudique & forme

intensités

COOL TONIC BOOST XTREM

activités Premium  
sur réservation  
au ☎ 02 43 54 01 70

# Fitness

Lundi

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

**blueball**

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

**stretching**

12h30 <sup>(30)</sup>

**hiit**

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>(45)</sup>

**x - r u n**

**BOXING HBX**

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

**pilates**

Mercredi

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

**pilates**

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

**BOXING HBX**

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

**LES MILLS BODYATTACK**

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

**caf**

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

**LES MILLS RPM**

Jeudi

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

**stretching**

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

**blueball**

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

**stretching**

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

**LES MILLS RPM**

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

**LES MILLS BODYPUMP**

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

**check my form**

Vendredi

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

**LES MILLS RPM**

11h00 <sup>(45)</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