



Planning spécial VACANCES SCOLAIRES d'HIVER valable du 24/02/20 au 08/03/20

La belle saison arrive...pensez **SECURITE** pour vos **ENFANTS !!**
 Profitez de nos stages **NATATION**: 2 à 4 enfants max pour un enseignement rapide et de qualité..:-)

	9H00		10H00		11H00		12H00		13H00		14H00		15H00		16H00		17H00		18H00		19H00		20H00		
	30'	45'	15'	30'	45'	15'	30'	45'	15'	30'	45'	15'	30'	45'	15'	30'	45'	15'	30'	45'	15'	30'	45'	15'	30'
LUNDI	FERMETURE		AQUAGYM		AQUATRaining		AQUABIKE		AQUABIKE		FERMETURE		SPA		SPA ENFANTS LIBERTE LIBERTE		AQUAGYM		AQUAGYM		AQUABIKE		SPA		
MARDI	FERMETURE		AQUAGYM		AQUATONIC		SPA ENFANTS LIBERTE LIBERTE LIBERTE		FERMETURE		SPA		SPA		SPA ENFANTS LIBERTE LIBERTE LIBERTE		AQUATONIC		AQUABIKE		AQUABIKE		FERMETURE		
MERCREDI	SPA (hors piscine) – 8,50€ pour 1h ou 30mn offertes SECURE – Aquabike ou Spa 6€ pour accompagnant		SPA		SPA		FERMETURE		SPA		SPA		SPA ENFANTS LIBERTE LIBERTE LIBERTE LIBERTE LIBERTE		SPA ENFANTS LIBERTE LIBERTE LIBERTE		AQUABIKE		AQUABIKE		AQUATONIC		FERMETURE		
JEUDI	FERMETURE		AQUAGYM		AQUATONIC		AQUABIKE		AQUABIKE		FERMETURE		SPA		SPA ENFANTS LIBERTE LIBERTE LIBERTE LIBERTE		AQUAGYM		AQUATONIC		AQUABIKE		AQUABIKE		
VENDREDI	FERMETURE		AQUAGYM		AQUATONIC		SPA ENFANTS LIBERTE LIBERTE LIBERTE		FERMETURE		SPA ENFANTS LIBERTE LIBERTE		SPA ENFANTS		SPA		SPA		SPA		SPA		SPA		
SAMEDI	EVEIL		SPA ENFANTS LIBERTE LIBERTE		AQUABIKE		AQUABIKE		FERMETURE		SPA		SPA		SPA		SPA		SPA		SPA		PRIVATISATION du SPA		
DIMANCHE*	FERMETURE		PRIVATISATION du SPA		PRIVATISATION du SPA		Organisez votre événement en journée, soirée ou week-end		PRIVATISATION du SPA		PRIVATISATION du SPA		SPA		SPA		SPA		PRIVATISATION du SPA		PRIVATISATION du SPA		PRIVATISATION du SPA		

NOUVELLES ACTIVITES !!

	AQUAGYM	Cours de gym douce en piscine	EVEIL	Eveil et découverte du milieu aquatique: 6 mois – 3 ans
SPA-GYM BIEN-ÊTRE	AQUATONIC	Cours de gym tonique	SECURE	Stage anti-noyage: 3 – 4 ans
AQUAPHOBIE / NATATION	AQUATRaining	Mix de tous les Sports Aquatiques	LIBERTE	Apprentissage de la natation: à partir de 4 – 5 ans
NATATION pour adultes, prise en charge du stress (sur demande)	AQUABIKE	Cours dynamique sur vélo	SPA ENFANTS	Accès Spa autorisé aux - de 15 ans accompagnés
	SPA	Accès Spa (+ 15 ans). Privatization du Spa (sur réservation)	PRIVATISATION du SPA	Privatization du Spa: événementiel, groupes, familles..

***DIMANCHE:** Saison d'ETE (Avril-Octobre) - espace Bien-Être disponible sur privatization ou selon demandes/météo. **Préinscrivez-vous!**
 Saison d'HIVER (Novembre-Mars) - de 15h à 18h en accès libre. Privatization du Spa disponible en journée, en soirée comme en week-end

Réservations obligatoires pour toutes les activités Spa - Sports Aqua Planning soumis à modifications en période de vacances scolaires

	9H00			10H00			11H00			12H00			13H00			14H00			15H00			16H00			17H00			18H00			19H00			20H00		
	30'	45'	15'	30'	45'	15'	30'	45'	15'	30'	45'	15'	30'	45'	15'	30'	45'	15'	30'	45'	15'	30'	45'	15'	30'	45'	15'	30'	45'	15'	30'	45'	15'	30'	45'	15'
LUNDI				PILATES												GYM DOUCE												GYM HOLISTIQUE						BODY BARRE		
MARDI				P.S.Y						HATHA YOGA															QI GONG			DANSE			YOGA					
MERCREDI				STRETCHING						QI GONG															PILATES			PILATES								
JEUDI				STRETCHING						HATHA YOGA						GYM DOUCE															YOGA					
VENREDI				PILATES			PILATES CONFORT																					P.S.Y			BODY BARRE					
SAMEDI				PILATES			YOGA						SOPHROLOGIE																							

CONTACTS	
Hélène Grangetas	06 65 24 83 82
Nadia Malaquin	06 73 91 07 32
Nathalie Bougetaforme	06 11 46 70 47
Franck Morin	06 88 74 12 13
Isabelle Ly	06 79 64 79 41
Nathalie Chauvel	06 74 13 65 45
Nadine Empez	06 46 07 66 56
Nancy Frouin	06 08 02 53 17
Bénédicte Maugy	06 17 74 92 24

PILATES	Renforcement musculaire postural – Hélène Grangetas
P.S.Y	Pilates Stretching Yoga – Hélène Grangetas
BODY BARRE	Body Barre – Nadia Malaquin
STRETCHING	Stretching – Nadia Malaquin
STRETCHING	Stretching – Nathalie Bougetaforme
GYM DOUCE	Gym douce. Adaptée à tous – Franck Morin
HATHA YOGA	Hatha Yoga – Isabelle Ly
YOGA	Yoga – Nadine Empez
SOPHROLOGIE	Sophrologie – Bénédicte Maugy
QI GONG	Qi Gong – Nathalie Chauvel
GYM HOLISTIQUE	Gym holistique – Nancy Frouin