

	SAMEDI	DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
9H00				HIIT NATATION SPORTIVE			TOTAL BODY NAGE AVEC PALMES
10H00				PILASTRETCH			STRETCH
12H00							
17H00			ABDOS GAINAGE				
18H00	ABDOS FESSIERS STEP	HIIT	REGGAETON		CAF STRETCH	PILATES	
19H00							

Activités Fitness en visio sur Zoom

Activités Aquatiques en présentiel à la Piscine de Plein Air

Renseignements à L'accueil de la Piscine de Plein Air Chauffée
04 76 11 21 15