



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
09H00 - 09H45		AQUA-BIKE					
10 h00 - 10h45	AQUA-GYM	AQUA-GYM		aqua-zumba	AQUA-GYM	AQUA-GYM	AQUA-BIKE
11 h00 - 11h45		AQUA-GYM		AQUA-GYM		AQUA-BIKE	AQUA-BIKE
12h00 - 12h45						AQUA-BIKE	
12h30 - 13h15	AQUA-BIKE	AQUA-BIKE		AQUA-CIRCUIT	AQUA-BIKE		
14h15 - 15h00		AQUA-BIKE					
14h30 - 15h15	AQUA-GYM			AQUA-BIKE	AQUA-BIKE		
15h00 - 15h45							
18h00 - 18h45	AQUA-GYM	AQUA-BIKE	AQUA-BIKE	AQUA-BIKE	AQUA-CIRCUIT		
19 h00 - 19h45	aqua-zumba	AQUA-CIRCUIT	AQUA-GYM	AQUA-BIKE	AQUA-BIKE		
20 h00 - 20h45	AQUA-BIKE		AQUA-BIKE	AQUA-BIKE			

LA DURÉE DES COURS D' AQUA GYM- AQUABIKE-AQUAZUMBA EST DE 45 MINUTES -AQUA-CIRCUIT 01H00

03 44 83 30 31 www.formeetforce.com Facebook:formetforce

