

PLANNING FITNESS 2025

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
PILATES 10H-11H	YOGA 10H-11H		RENFOS POSTURAL 10H-10H45			
BODYBALL 11H15-12H	RENFOS POSTURAL 11H15-12H		YOGA 11H-12H	YOGA 11H-12H		
C.A.F 12H15-13H	BODY SCULT 12H15-13H	PILATES 12H-13H	BODY SCULT 12H15-13H	C.A.F 12H15-13H		
PRESENCE SALLE 14H30-15H45			PRESENCE SALLE 14H30-15H45			
YOGA 16H-17H	PILATES 16H-17H		YOGA 16H-17H			
	C.A.F 17H15-18H		PILATES 17H-18H			
			C.A.F 18H15-19H			



PLANNING AQUA 2025

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Accès détente 10H-12H30	Accès détente 10H-12H30	Accès détente 10H-12H30	Accès détente 10H-12H30	Accès détente 10H-12H30		Accès détente 10H-12H
AQUABIKE 12H45-13H30	AQUATRaining 12H45-13H30	AQUABIKE 12H45-13H30	AQUAFITNESS 12H45-13H30	AQUABODY 12H45-13H30		AQUAFITNESS 12H15-13H
Accès détente 15H-18H	Accès détente 15H-19H	Accès détente 15H-18H	Accès détente 15H-19H	Accès détente 15H-18H		Accès détente 14H-19H
AQUAFITNESS 18H15-19H		AQUAFITNESS 18H15-19H		AQUAFITNESS 18H15-19H		
AQUABIKE 19H15-20H	AQUABOXING 19H15-20H	AQUA CIRCUIT 19H15-20H	AQUATRaining 19H15-20H	AQUARELAX 19H15-20H		

* planning sous réserve de modifications

Salle cardio training ouverte de 10H à 19H du lundi au vendredi et le dimanche



Short de bain interdit. Bonnet de bain, sandales de piscine & serviette de bain obligatoire pour l'accès à l'espace aquadétente.

Piscine ludique d'eau de mer chauffée à 31° avec parcours Actimer de 24 jets massants, 12 vélos aquatiques, hammam, sauna, salle de cardio training, salle de repos et tisanerie