

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