

AQUAZEN - PLANNING ANNEE 2018/2019

174, impasse des Genêts - 38500 COUBLEVIE - Tel : 04 76 65 59 09 - info@aquazen-pole.com - www.aquazen-pole.com

| Lundi | Mardi | Mercredi | Jeudi | Vendredi | Samedi |
|-----------------------------------|-------------------------------------|---|-----------------------------------|-------------------------------------|---|
| | | | | | Aquagym Alb/Steph 8h à 9h |
| Aquabike Roland 9h à 9h45 | Aquagym Alberto 9h à 10h | Aquagym Yves 9h à 10h | Aquabike Alberto 9h à 9h45 | Aquagym Sébastien 9h à 10h | Aquabike Alb/Steph 9h à 9h45 |
| Aquagym Roland 10h à 11h | Méli mélo Alberto 10h à 11h | Aquabike Yves 10h à 10h45 | Aquagym Alberto 10h à 11h | Aquabike Sébastien 10h à 10h45 | Bébés Nageurs Alb/Steph 10h à 10h45 |
| Méli Mélo Roland 11h à 12h | Aquabike Alberto 11h à 11h45 | Aquabike Yves 10h45 à 11h30 | Aquabike Alberto 11h à 11h45 | Aquagym Sébastien 10h45 à 11h45 | Bébés Nageurs Alb/Steph 10h45 à 11h30 |
| | | Apprentissage Geoffrey 12h à 12h30 | | | Bébés Nageurs Alb/Steph 11h30 à 12h15 |
| Aquabike Jérôme 12h15 à 13h | Aqua'Fun Alberto 12h15 à 13h | Aquagym Geoffrey 12h30 à 13h30 | | Aquabike Alberto 12h15 à 13h | |
| Aquagym Jérôme 13h à 14h | Méli mélo Alberto 13h à 14h | Apprentissage Geoffrey 13h30 à 14h30 | | Méli mélo Alberto 13h à 14h00 | Pré natal 13h à 14h |
| | Pré natal 14h à 15h | Jardin Aquatique Geoff 14h45 à 15h30 | Pré natal 14h à 15h | Aquagym Alberto 14h00 à 15h00 | Jardin Aquatique Alb/Steph 14h à 14h45 |
| | Aqua'stretch Alberto 15h à 16h | Jardin Aquatique Geoff 15h30 à 16h15 | | Bb Nageurs Alberto 15h15 à 16h00 | Jardin Aquatique Alb/Steph 14h45 à 15h30 |
| | | Jardin Aquatique Geoff 16h15 à 17h | | | Aqualibre Famille 15h45 à 16h45 |
| | Aquabike Sébastien 17h15 à 18h00 | | Aquagym Jérôme 17h à 18h | Aquagym Alberto 16h45 à 17h45 | |
| Pré natal 17h45 à 18h30 | Méli mélo Sébastien 18h à 19h | Aquabike Sébastien 18h à 18h45 | Fusion Jérôme 18h à 19h | Aqua'Fun Alberto 17h45 à 18h30 | |
| Aquabike Jérôme 18h 45 à 19h30 | Aquaboxing Sébastien 19h à 20h | Aquabike Sébastien 18h45 à 19h30 | Aquabike Jérôme 19h à 19h45 | Méli mélo Alberto 18h30 à 19h30 | |
| Aquagym Jérôme 19h30 à 20h30 | Aquabike Sébastien 20h à 20h45 | Aquagym Sébastien 19h30 à 20h30 | Méli mélo Jérôme 19h45 à 20h30 | | |

PILATES/GYM FUN

| Lundi | Mardi | Mercredi | Jeudi | Vendredi |
|--------------------------|---------------------------------|----------------------|--------------------------|--------------------------|
| Pilates 9h15 à 10h15 | Pilates 9h15 à 10h15 | | Pilates 9h15 à 10h15 | |
| Pilates 10h15 à 11h15 | Pilates 10h15 à 11h15 | Pilates 18h à 19h | Pilates 10h15 à 11h15 | Pilates 17h15 à 18h15 |
| Pilates 11h15 à 12h15 | Pilates/Strech 11h15 à 12h15 | Gym Fun 19h à 20h | Pilates 11h15 à 12h15 | Pilates 18h15 à 19h15 |
| Pilates 12h15 à 13h15 | Pilates 12h15 à 13h15 | Pilates 20h à 21h | Pilates 12h15 à 13h15 | Pilates 19h15 à 20h15 |