

# AQUAZEN - PLANNING PISCINE ANNEE 2025/2026

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 Aurel/Alb/Steph<br>8h à 9h               |
| Aquabike Aurel/Yohann<br>9h à 9h45   | Aquagym Alberto<br>9h à 10h      | Aquagym Alberto<br>9h à 10h                              | Aquabike Alberto<br>9h à 9h45    | Aquagym Yohann<br>9h à 10h      | Aquabike Alb/Aurel/Steph<br>9h à 9h45            |
| Aquagym Aurel/Yohann<br>10h à 11h    | Méli mélo Alberto<br>10h à 11h   | Aquabike Alberto<br>10h à 10h45                          | Aquagym Alberto<br>10h à 11h     | Aquabike Yohann<br>10h à 10h45  | Bébés Nageurs 6 mois et +<br>9h45 à 10h30        |
| Méli Mélo Aurel/Yohann<br>11h à 12h  | Aquabike Alberto<br>11h à 11h45  | Bébés Nageurs<br>10h45 à 11h30                           |                                  | Aquagym Yohann<br>10h45 à 11h45 | Bébés Nageurs 12 mois et +<br>10h30 à 11h15      |
| Aquabike Aurel/Yohann<br>12h15 à 13h |                                  |                                                          |                                  |                                 | Bébés Nageurs 24 mois et +<br>11h15 à 12h        |
|                                      |                                  | Aquagym Alberto<br>12h15 à 13h15                         |                                  | Aquabike Alberto<br>12h15 à 13h |                                                  |
|                                      | Méli mélo Alberto<br>13h à 14h   | Natation Enfant <i>Dauphin</i><br>Alberto 13h15 à 14h    |                                  | Méli mélo Alberto<br>13h à 14h  | Natation Enfant <i>Poisson</i><br>13h30 à 14h15  |
|                                      | Aqua Cool Alberto 14h à 15h      | Natation Enfant <i>Poisson</i><br>Alberto 14h à 14h45    |                                  | Aquagym Alberto<br>14h à 15h    | Natation Enfant <i>Grenouille</i><br>14h15 à 15h |
|                                      |                                  | Natation Enfant <i>Grenouille</i><br>Alberto 15h à 15h45 |                                  |                                 | Natation Enfant <i>Tétard</i><br>15h à 15h45     |
|                                      |                                  | Natation Enfant <i>Tétard</i><br>Alberto 15h45 à 16h30   |                                  |                                 |                                                  |
|                                      |                                  |                                                          | Méli mélo Yohann<br>17h à 18h    |                                 |                                                  |
| Aquabike Alberto<br>18h à 18h45      | Méli mélo Aurélien<br>18h à 19h  | Aquabike Aurélien<br>18h à 18h45                         | Aquagym Yohann<br>18h-19h        |                                 |                                                  |
| Méli mélo Alberto<br>18h45 à 19h45   | Aquatonic Aurélien<br>19h à 20h  | Aquabike Aurélien<br>18h45 à 19h30                       | Aquabike Yohann<br>19h à 19h45   |                                 |                                                  |
| Aquagym Alberto<br>19h45 à 20h45     | Aquabike Aurélien<br>20h à 20h45 | Aquagym Aurélien<br>19h30 à 20h30                        | Aquabike Yohann<br>19h45 à 20h30 |                                 |                                                  |

## PLANNING PILATES / PILATES STRECH 2025/2026

| Lundi                       | Mardi                                    | Mercredi | Jeudi                                    | Vendredi |
|-----------------------------|------------------------------------------|----------|------------------------------------------|----------|
|                             | Pilates Marylène<br>9h15 à 10h15         |          | Pilates Marylène<br>9h15 à 10h15         |          |
|                             | Pilates Marylène<br>10h15 à 11h15        |          | Pilates Marylène<br>10h15 à 11h15        |          |
|                             | Pilates/Strech Marylène<br>11h15 à 12h15 |          | Pilates/Strech Marylène<br>11h15 à 12h15 |          |
|                             | Pilates Marylène<br>12h15 à 13h15        |          | Pilates Marylène<br>12h15 à 13h15        |          |
| Pilates Yohann<br>17H à 18H |                                          |          |                                          |          |
| Pilates Yohann<br>18H à 19H |                                          |          |                                          |          |
| Pilates Yohann<br>19H à 20H |                                          |          |                                          |          |
| Pilates Yohann<br>20H à 21h |                                          |          |                                          |          |