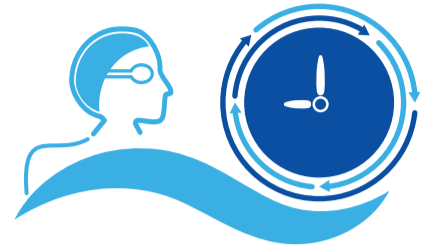


STADE NAUTIQUE FRANÇOISE CLAVERY-BOUYSSON

ACTIVITÉS



Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Samedi

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
COURS DE NATATION COLLECTIFS Pour enfants et adultes			13h, 14h, 15h, 16h, 17h, 18h			
AQUAGYM Travail complet du corps à intensité modérée	17h45 → 18h30	12h15 → 13h 17h → 17h45		12h30 → 13h15 17h45 → 18h30	17h → 17h45 17h45 → 18h30	
AQUAGYM PETIT BASSIN Alternance de moments de bien-être au sauna et de sessions de remise en forme	12h30 → 13h15				12h30 → 13h15	
AQUA PALM Alternance d'exercices de renforcement musculaire et de cardio-training (réservé aux nageurs)	18h30 → 19h15					
BODYSCULPT Alternance d'exercices de musculation intense, d'endurance et de résistance				17h → 17h45		
AQUABIKE COACHÉ Activité d'intensité élevée regroupant sports d'endurance et sports aquatiques	17h → 17h45	17h45 → 18h30 18h30 → 19h15	12h15 → 13h	18h30 → 19h15	18h30 → 19h15	
AQUABIKE SOLO Location d'aquabike sans coach (30 min)						13h15, 14h, 14h45, 15h30, 16h15, 17h, 17h45



Plus d'infos :
www.vienne-condrieu-agglomeration.fr

STADE
NAUTIQUE
Françoise
Clavery
Bouysson

Vienne
Condrieu
Agglomération