

Planning AQUATIQUE

CLAYE - SOUILLY

FAMILY
AQUA

A PARTIR DU 01.09.2025



DOUCHE OBLIGATOIRE



BONNET OBLIGATOIRE



BOUTEILLE D'EAU



SERVIETTE OBLIGATOIRE

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

DIMANCHE

9.30 - 10.15

9.30 - 10.15

9.30 - 10.15

9.30 - 10.15

9.15 - 9.50

9.30 - 10.10

10.30 - 11.15

10.30 - 11.15

10.30 - 11.15

11.10 - 11.50

10.30 - 11.15

10.00 - 10.35

10.20 - 11.00

11.30 - 12.15

11.30 - 12.15

11.30 - 12.15

12.00 - 12.35

11.30 - 12.15

10.45 - 11.20

11.10 - 11.50

12.30 - 13.15

12.30 - 13.15

12.30 - 13.15

12.40 - 13.15

12.30 - 13.15

11.30 - 12.10

12.00 - 12.45

16.45 - 17.20

16.45 - 17.20

16.45 - 17.20

17.15 - 17.55

17.30 - 18.10

17.30 - 18.10

17.30 - 18.10

17.30 - 18.10

18.00 - 18.40

18.25 - 19.05

18.25 - 19.05

18.25 - 19.05

18.25 - 19.05

18.50 - 19.30

19.20 - 20.00

19.20 - 20.00

19.20 - 20.00

19.20 - 20.00

19.35 - 20.15

20.15 - 21.00

20.15 - 21.00

20.15 - 21.00

20.15 - 21.00

20.20 - 21.00

12.20 - 13.00

aquaBike

- Pédaler dans l'eau! Ce phénomène contribue au raffermissement de la peau et à la disparition de la cellulite. Calories brûlées $\approx$ 800

aquaTonic

- Entraînement aquatique complet, sans impact qui permet d'améliorer son endurance cardio. Calories brûlées $\approx$ 600

aquaCore

- L'ultime solution pour obtenir des abdominaux une poitrine, un dos et des fessiers en acier très rapidement. Calories brûlées $\approx$ 500

RESAMANIA V2 8

- Résamania : onglet **CLAYE AQUA**
- Merci d'arriver 5 min à l'avance !
- Réservation 6 jours en avance à l'heure du cours.
- Délai d'annulation **24h**
- 2 absences en 1 mois = 2 semaines de blocage
- Vidange technique 1 semaine en Août ainsi qu'entre Noël et jour de l'an.