AQUAGYM & AQUAFITNESS

Petites vacances scolaires 2019-2020

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
09h15							
10h00							
10h15							
11h15							
18h30							
19h30							
19h45							

AQUAGYM
CIRCUIT TRAINING
AQUA CROSS TRAINING
AQUABIKE

Toutes les séances durent 45 minutes

Été 2019-2020

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
09h15							
10h00							
10h15							
11h15							
18h30							
19h30							
19h45							

AQUAGYM
CIRCUIT TRAINING
AQUA CROSS TRAINING
AQUABIKE

Toutes les séances durent 45 minutes

© www.bernardvallotton.com

dolibulle
Espace Aquatique Communautaire

Esplanade de la ville Nicault
35120 DOL-DE-BRETAGNE
02 99 80 71 75

Pays de Dol Baie du Mont St-Michel
Communauté de Communes

dolibulle
Espace Aquatique Communautaire

HORAIRES ACTIVITÉS

piscine-dolibulle.com
Réservez au
02 99 80 71 75

Suivez-nous sur
facebook.com/piscinedolibulle

PLANNING **ACTIVITÉS ENFANTS** 2019-2020

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
09h30						1 (9 mois à 2 ans)
10h15						2 (2 à 3 ans)
11h00						3 (3 à 4 ans)
11h45						3 (4 à 5 ans)
15h45						
16h30						
17h15						
18h00						
18h45						

- BÉBÉ À L'EAU
- PRÉAPPRENTISSAGE GSM
- PRÉAPPRENTISSAGE CP
- APPRENTISSAGE
- RENFORCEMENT
- PERFECTIONNEMENT
- NAGE LOISIR

Toutes les séances durent 45 minutes

PLANNING **ACTIVITÉS ADULTES** 2019-2020

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
09h15							
10h00							
11h15							
12h15							
12h30							
13h00							
16h15							
18h45							
19h30							
20h30							

- AQUAPHOBIE
- APPRENTISSAGE
- RENFORCEMENT
- PERFECTIONNEMENT
- NAGE SPORTIVE
- PADDLE
- AQUA CROSS TRAINING
- AQUAGYM
- CIRCUIT TRAINING
- AQUASTEP
- AQUABIKE

Toutes les séances durent 45 minutes