



13 - 17 FÉVRIER

20 - 24 FÉVRIER 2023

**À LA PISCINE COUVERTE
À VILLAGE-NEUF**

DU SPORT ET DU FUN

Ça bouge à la piscine !

INFORMATIONS PRATIQUES

À partir de 16 ans, sauf l'aquagym en famille, dès 8 ans.

Participation sur inscription, sauf pour l'aquagym en famille -> gratuit et sans inscription

Tarif : entrée piscine + 2,60 € (tarif plein) ou + 1,90 € (tarif réduit)

45 minutes

Activité encadrée par les maîtres-nageurs sauveteurs

PROGRAMME

Lundi 13/02
Lundi 20/02
18 h - 18 h 45

Aqua Step-Power*

Mardi 14/02
Mardi 21/02
18 h - 18 h 45

Aquatrampo

Mercredi 15/02
Mercredi 22/02

Aquajogging (12 h 15 - 13 h)
· Aquagym en famille (16 h - 16 h 45)
Sans inscription
· Circuit training** (18 h - 18 h 45)

Jeudi 16/02
Jeudi 23/02
18 h - 18 h 45

Fitness Paddle

Vendredi 17/02
Vendredi 24/02
18 h - 18 h 45

Circuit training**

* Aqua Step-Power : alternance entre du step aquatique et une barre de musculation aquatique ** Circuit training : animations sous forme d'ateliers. Peut contenir : trampoline, haltères, step, barre power, gants de boxe, frites.

