

Planning des cours 2025/2026

Reprise des cours de gymnastique, tai-chi, marche nordique et Bungy Pump le 1 septembre 2025 - Reprise des cours d'aquagym le 15 sept 2025.

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
9h45 - 10h45 Gym Douce Christelle			9h15 - 10h15 Pilate Nicolas		10h00 - 12h30 - <i>Sem paire</i> Bungy Pump Faiza
10h45 - 11h45 Stretching Christelle			10h15 - 11h15 Renforcement Musculaire Nicolas		10h00 - 12h30 - <i>Sem impaire</i> Marche Nordique Faiza
12h15 - 13h00 Aquagym Christelle		12h15 - 13h00 Aquagym Alexis	12h15 - 13h00 Aquagym Fiona	12h15 - 13h00 Aquagym Christelle	13h00 - 13h45 Aquagym Fiona
18h15 - 20h15 Marche Nordique Perrine	18h30 - 19h30 Gym Douce Sandrine	17h45 - 19h00 Tai-chi - Niv. 1 Mathias			
	19h30 - 20h30 - <i>Sem paire</i> Gym Tonic Sandrine	19h00 - 20h15 Tai-chi - Niv. 2 Mathias			
	19h30 - 20h30 - <i>Sem impaire</i> Step Sandrine		18h00 - 18h45 Aquagym Fiona		
18h45 - 19h30 Aquagym Alexis	19h15 - 20h00 Aquagym Alexandrine	18h45 - 19h30 Aquagym Alexis	19h00 - 19h45 Aquagym Fiona		

Légende lieux d'activités : **Piscine** **Salle polyvalente** **Salle du plan d'eau** **Activités en extérieur**

Tarifs des activités

Aquagym (Rivois)	180 €	Gym adultes et / ou Tai-Chi	150 €
Aquagym (Autres que Rivois)	190 €	Gym et / ou Tai-Chi + Marche nordique et / ou Bungy Pump	205 €
Aquagym + Marche nordique et / ou Bungy Pump	235 €	Marche nordique et / ou Bungy Pump	110 €
Aquagym + Gym adultes et / ou Tai-Chi	255 €		
Aquagym + Gym adultes et / ou Tai-Chi + Marche nordique et /ou Bungy Pump	280 €		

Remise de 10 % pour les couples d'adhérents.