

Planning des activités **AQUAFORME**

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMEDI	DIMANCHE
MATIN			8h15-9h AQUACOOL Aquagym				
MIDI	12h30-13h15 Bigbike	12h30-13h15 AQUAGYM Aquagym	11h-11h30 AQUABIKE 11h45-12h15 AQUABIKE 12h15-13h AQUATRaining	12h30-13h15 AQUAPILATES Aquagym	12h30-13h15 AQUASPEED Aquagym	11h45-12h15 AQUABIKE 12h30-13h AQUABIKE	
APRÈS-MIDI	18h-18h45 AQUADYNAMIC Aquagym	17h15-17h45 AQUABIKE 18h-18h30 AQUABIKE	18h-18h45 AQUADYNAMIC Aquagym	17h15-17h45 AQUABIKE 18h-18h30 AQUABIKE	18h-18h45 Cours différent selon la semaine*		

Intensité
de l'activité



Niveau 1



Niveau 2



Niveau 3

*Semaine 1 : **Aquaboxing**
Semaine 2 : **Big Bike**
Semaine 3 : **Aquaboxing**
Semaine 4 : **Aquachallenge**



TARN-AGOUT
COMMUNAUTÉ DE COMMUNES

Cet équipement est géré
par la Communauté de
communes TARN-AGOUT