

LUNDI

9h30 Pilates 45'
Débutants

10h30 Yoga 45'

12h00  Cocon de L'Éden en accès non privatisé*

12h30 Pilates 45'
Intermédiaires

15h00 Yoga 45'
Doux

17h15 Pilates 45'
Débutants

17h30  Cocon de L'Éden en accès non privatisé*

18h15 Yoga 45'

19h15 Pilates 45'
Intermédiaires

20h15 Sophrologie 45'

MARDI

9h30 Pilates 45'
Intermédiaires

10h30 Circuit Cardio/Fitness 45'

11h30 Pilates 45'
Débutants

12h00  Cocon de L'Éden en accès non privatisé*

12h30 Renfo 45'
Cuisses/Abdos/Fessiers

18h15 Circuit Cardio/Fitness 45'

19h15 Cours Dansés 45'

20h15 Circuit Cardio/Fitness 45'

MERCREDI

12h00  Cocon de L'Éden en accès non privatisé*

19h00 Sophrologie 45'

20h15 Circuit Cardio/Fitness 45'

JEUDI

9h30 45'
Sophrologie

10h30 Pilates 45'
Intermédiaires

11h30 Cours Dansés 45'

12h00  Cocon de L'Éden en accès non privatisé*

12h30 Pilates 45'
Débutants

14h30 Marche Sportive 1h30

17h30  Cocon de L'Éden en accès non privatisé*

17h30 Pilates 45'
Débutants

18h30 Pilates 45'
Intermédiaires

19h30 Cours Dansés 45'

20h15 45'
Outdoor Training

VENREDI

9h30 45'
Yoga Doux

10h30 Circuit Cardio/Fitness 45'

11h30 Pilates 45'
Débutants

12h00  Cocon de L'Éden en accès non privatisé*

12h30 Yoga 45'



© 2019 L'ÉDEN SPA - AQUA - FORME

* Non inclus dans votre abonnement

LUNDI

9h00 45'
Aqua Cardio

9h45 45'
Aqua Training

10h30 45'
Aqua Training

11h15 45'
Aqua Bike

12h00 11h30
Cocon de L'Éden
en accès non privatisé*

12h30 45'
Aqua Bike

17h30 11h30
Cocon de L'Éden
en accès non privatisé*

17h30 45'
Natation
Enfants Apprentissage

18h30 45'
Aqua Training

19h15 45'
Aqua Bike
Confirmés

20h00 45'
Aqua Bike

MARDI

9h00 45'
Aqua Bike

9h45 45'
Aqua Training

10h30 45'
Aqua Cardio

12h00 11h30
Cocon de L'Éden
en accès non privatisé*

12h30 45'
Aqua Cardio

17h30 45'
Natation
Enfants Perfectionnement

18h30 45'
Aqua Bike

19h15 45'
Aqua Cardio

20h00 45'
Aqua Training

MERCREDI

9h15 45'
Natation
Enfants Apprentissage

10h00 45'
Natation
Enfants Initiation

10h45 45'
Natation
Enfants Apprentissage

11h30 45'
Natation
Enfants Initiation

12h00 11h30
Cocon de L'Éden
en accès non privatisé*

15h00 45'
Natation
Enfants Apprentissage

15h45 45'
Natation
Enfants Initiation

16h30 45'
Natation
Enfants Apprentissage

17h15 45'
Natation
Enfants Initiation

18h15 45'
Aqua Cardio

19h00 45'
Aqua Bike
Confirmés

19h15 45'
Aqua
Sophrologie

JEUDI

9h00 45'
Aqua Cardio

9h45 45'
Aqua Bike

10h30 45'
Aqua Training

12h00 11h30
Cocon de L'Éden
en accès non privatisé*

12h30 45'
Aqua Training

13h15 1h00
Futures
Mamans

17h30 11h30
Cocon de L'Éden
en accès non privatisé*

17h30 45'
Natation
Enfants Initiation

18h30 45'
Aqua Cardio

19h15 45'
Aqua Training

20h00 45'
Aqua Bike

VENREDI

9h00 45'
Aqua Bike
Confirmés

9h45 45'
Aqua Training

10h30 45'
Aqua Cardio

12h00 11h30
Cocon de L'Éden
en accès non privatisé*

12h30 45'
Aqua Bike

13h15 45'
Aqua Cardio

SAMEDI

9h00 30'
Bébés
Nageurs

9h30 30'
Bébés
Nageurs

10h15 45'
Jardin
Aquatique

11h00 45'
Jardin
Aquatique

12h00 45'
Aqua Cardio

12h45 45'
Natation
Enfants Apprentissage

15h00 3h00
Anniversaires Enfants

Cours au trimestre

Cours à l'année

*Non inclus dans votre abonnement

