


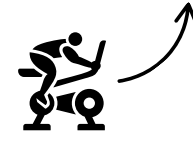










# Horaire de la semaine - Cours de Mise en Forme - Printemps 2026

LUNDI		MARDI		MERCREDI	JEUDI		VENDREDI	DIMANCHE
10 avril au 21 juin 9 semaines <i>Pas de cours le 18 mai - Jour férié</i>		10 avril au 21 juin 10 semaines		10 avril au 21 juin 10 semaines	10 avril au 21 juin 10 semaines		10 avril au 21 juin 10 semaines	10 avril au 21 juin 10 semaines
AquaMuscu MFC101 8h30 à 9h30		AquaForme MFC202 8h40 à 9h40	AquaCombo MFC201 8h40 à 9h40	AquaMuscu MFC301 8h30 à 9h30	AquaNatation MFC402 8h40 à 9h40	AquaJogging MFC401 8h40 à 9h40	AquaCombo MFC501 8h30 à 9h30	Aquaforme MFC701 8h30 à 9h30
AquaForme MFC103 9h40 à 10h40	AquaJogging MFC102 9h40 à 10h40	AquaPrénatal MFC204 9h50 à 10h50	AquaCardio MFC203 9h50 à 10h50	AquaCardio MFC302 9h40 à 10h40	AquaSpinning MFC404 9h50 à 10h50	AquaForme MFC403 9h50 à 10h50	Aquaforme MFC502 9h40 à 10h40	 AquaSpinning MFC702 9h40 à 10h40
 AquaSenior MFR101 10h50 à 11h50				 AquaSenior MFR301 11h20 à 12h20			 AquaSenior MFR501 11h20 à 12h20	AquaStep MFC703 11h20 à 12h20
 AquaSpinning MFR102 12h à 13h		AquaPoussette MFR201 12h20 à 13h20		AquaForme MFR302 12h30 à 13h30		 AquaSenior MFR401 12h20 à 13h20		
AquaAFC MFR103 16h30 à 17h30		Aquaforme MFR202 16h20 à 17h20						
 AquaSpinning MFR104 17h40 à 18h40						AquaStep MFR502 18h à 19h		
AquaStep MFR105 19h20 à 20h20								
AquaÉtirement MFR106 20h30 à 21h30		AquaKickboxe MFR203 20h10 à 21h10		AquaÉtirement MFR303 20h10 à 21h10		 AquaSpinning MFR402 20h10 à 21h10	 AquaSpinning MFR503 20h20 à 21h20	

-  Bassin compétitif
-  Bassin récréatif