

Horaire de la semaine - Cours de Mise en Forme - Printemps 2025

LUNDI	MARDI		MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	DIMANCHE
28 avril au 16 juin 19 mai férié - 7 semaines	22 avril au 17 juin 9 semaines		23 avril au 18 juin 9 semaines	24 avril au 19 juin 9 semaines	25 avril au 20 juin 9 semaines	27 avril au 22 juin 9 semaines
AquaMuscu MFC101 8h30 à 9h30	AquaNatation MFC201 8h10 à 9h10	AquaCombo 2 MFC203 8h30 à 9h30		AquaProfond MFC401 8h30 à 9h30	AquaCombo 2 MFC501 8h30 à 9h30	AquaCardio MFC701 8h30 à 9h30
Aquaprofond MFC102 9h40 à 10h40	AquaAFC MFC202 9h20 à 10h20	AquaMuscu MFC204 9h40 à 10h40	AquaCardio MFC301 9h40 à 10h40	Aquaprénatal + Aquapoussette MFC403 9h20 à 10h20	AquaCombo 1 MFC502 9h40 à 10h40	AquaCombo 1 MFC702 9h40 à 10h40
Aqua55+ MFR101 11h00 à 12h00			Aqua55+ MFR301 11h00 à 12h00	AquaAFC MFC402 9h40 à 10h40	Aqua55+ MFR501 11h00 à 12h00	AquaProfond MFC703 11h20 à 12h20
AquaCombo 1 MFR102 12h10 à 13h10		AquaSpinning MFR201 12h20 à 13h20	AquaCombo 1 MFR302 12h10 à 13h10			
Aqua55+ MFR103 13h20 à 14h20						
Aquamuscu MFR104 14h30 à 15h30						
AquaCombo 1 MFR105 16h30 à 17h30	AquaEssaie MFR202 16h20 à 17h20					
Aquaspinning MFR106 17h40 à 18h40						
Aquastep MFR107 18h50 à 19h50						
Aquaétirement MFR108 20h00 à 21h00	AquaKickboxe MFR203 20h10 à 21h10		AquaÉtirement MFR303 20h20 à 21h20		AquaBootcamp MFR503 20h20 à 21h20	

 Bassin récréatif



 Bassin compétitif