

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

LUNDI	MARDI		MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	Samedi	Dimanche
30 juin au 18 août 8 semaines	8 juillet au 19 août 1er juillet Férié - 7 semaines		2 juillet au 20 août 8 semaines	3 juillet au 21 août 8 semaines	4 juillet au 22 août 8 semaines	5 juillet au 23 août 8 semaines	6 juillet au 24 août 8 semaines
						AquaCombo 1 MFC601 8h30 à 9h30	
AquaMuscu - MFR101 10h10 à 11h10	AquaPrénatal MFR201 10h35 à 11h35		Aquamuscu MFR301 10h10 à 11h10	Aquapoussette MFR401 10h35 à 11h35	Aquaspinning MFR501 10h10 à 11h10	AquaSpinning MFC602 9h40 à 10h40	AquaCardio MFC702 9h40 à 10h40
Aqua55+ - MFR102 11h20 à 12h20	AquaCombo 1 MFR202 11h45 à 12h45		Aqua55+ MFR302 11h20 à 12h20	Aqua55+ MFR402 11h45 à 12h45	Aqua55+ MFR502 11h20 à 12h20	AquaProfond MFC603 10h50 à 11h50	AquaMuscu MFC703 10h50 à 11h50
	AquaCombo 2 MFC201 13h00 à 14h00	AquaNatation MFC202 13h00 à 14h00		Aquaprofond MFC402 13h00 à 14h00			
		AquaProfond MFC203 14h10 à 15h10		Aquacardio MFC403 14h10 à 15h10			
		AquaKickboxe FC204 15h20 à 16h20					
AquaCombo 1 MFR103 16h00 à 17h00							
Aquaspinning MFR104 17h10 à 18h10					Aquacardio MFC501 17h00 à 18h00		
Aquastep MFR105 18h20 à 19h20					AquaAFC MFR503 18h10 à 19h10		
Aquaétirement MFR106 19h30 à 20h30			Aquaspinning MFR303 20h00 à 21h00		AquaEssaie MFR504 19h20 à 20h20		

 Bassin récréatif



 Bassin compétitif