

## NOUVEAU !!! Circuit Aqua-Training

Cours de renforcement musculaire sur appareils, permettant un travail des cuisses/abdos/fessiers dynamique et rythmé.

- ☞ Des séances de 30 min en cours coachés sont dispensées par des Moniteurs Diplômés
- ☞ Arriver 15 min avant les horaires indiqués
- ☞ Savoir nager
- ☞ Merci d'annuler votre réservation en cas d'empêchement
- ☞ Toutes les séances sont en supplément d'une entrée ou abonnement

Sur réservation



### CIRCUIT AQUA-TRAINING

Planning VACANCES de NOËL

du Lundi 21/12 au Dimanche 03/01/2016

FORUM DE TREGASTEL  
Place du Coz-Pors – 22730 TREGASTEL  
02.96.15.30.44.

| LUNDI | MARDI | MERCREDI | JEUDI       | VENDREDI    | SAMEDI | DIMANCHE |
|-------|-------|----------|-------------|-------------|--------|----------|
| 10H30 | 10H30 | 10H30    | 10H30       | Forum Fermé | 10H30  | 10H30    |
| 14H30 | 14H30 | 14H30    | 14H30       |             | 14H30  | 14H30    |
| 18H45 | 19H   | 18H45    | Fermé à 17h |             |        |          |

Planning non contractuel

\*\*Cours coachés sur réservation maxi 15 pers