



GRAND HÔTEL \*\*\*\*  
& CENTRE THERMAL  
YVERDON-LES-BAINS

# J'PEUX PAS, J'AI SPORT

COURS COLLECTIFS DÈS LE 26.08.2019

**CHF 220.– les 10 séances en salle**

**CHF 230.– les 10 séances en piscine**

## Les plus qui font la différence:

- *Accès piscines avant et après le cours offert*
- *L'Espace Forme est certifié Fitness Guide. Renseignez-vous auprès de votre assurance complémentaire pour un remboursement partiel*
- *Parking gratuit*





# PLANNING COURS COLLECTIFS

COURS SUR INSCRIPTION – ACCÈS AUX PISCINES COMPRIS

|           | LUNDI          |                |         | MARDI   |                |         | MERCREDI       |                |         | JEUDI   |                |         | VENREDI | SAMEDI  |         |         | DIMANCHE |
|-----------|----------------|----------------|---------|---------|----------------|---------|----------------|----------------|---------|---------|----------------|---------|---------|---------|---------|---------|----------|
| Horaires  | Salle 1        | Salle 2        | Piscine | Salle 1 | Salle 2        | Piscine | Salle 1        | Salle 2        | Piscine | Salle 1 | Salle 2        | Piscine | Piscine | Salle 1 | Salle 2 | Piscine | Piscine  |
| 9h        |                |                |         |         |                |         |                | Yoga           |         |         | Indoor Cycling |         |         |         |         |         |          |
| 9h30      |                | Pilates        |         |         | Gym Senior     |         |                |                |         |         |                |         |         |         |         |         | Aquagym  |
| 10h       |                | Pilates        |         |         |                |         |                |                |         |         |                |         |         |         |         |         |          |
| 10h30     |                | Pilates        |         |         |                |         |                |                |         |         |                |         |         |         |         |         | Aquagym  |
| 11h       |                |                |         |         |                |         |                |                |         |         |                |         |         |         |         |         | Aquagym  |
| 11h30     |                |                |         |         |                |         |                |                |         |         |                |         |         |         |         |         | Aquagym  |
| 12h       | Cross Training |                | Aquagym |         | Indoor Cycling | Aquagym | Cross Training |                | Aquagym | Pilates |                | Aquagym | Aquagym |         |         |         | Aquagym  |
| 12h30     |                |                |         |         |                |         |                |                |         |         |                |         |         |         |         |         |          |
| 13h-16h30 |                |                |         |         |                |         |                |                |         |         |                |         |         |         |         |         |          |
| 17h       |                |                |         |         | Yoga           |         |                |                |         |         |                |         |         |         |         |         |          |
| 17h30     |                |                | Aquagym |         |                | Aquagym |                |                |         |         |                |         |         |         |         |         | Aquagym  |
| 18h       |                | Indoor Cycling |         |         |                |         |                | Indoor Cycling |         |         |                |         |         |         |         |         | Aquagym  |
| 18h30     |                |                |         |         |                |         |                |                | Aquagym | CAF     |                |         |         |         |         |         | Aquagym  |
| 19h       | Pilates        | Gym Dos        |         |         |                |         |                |                |         |         |                |         |         |         |         |         | Aquagym  |
| 19h30     |                |                |         |         |                |         |                |                |         |         |                |         |         |         |         |         | Aquagym  |
| 20h       | Pilates        |                | Aquagym |         |                |         |                |                |         |         |                |         |         |         |         |         | Aquagym  |
| 20h30     |                |                |         |         |                |         |                |                |         |         |                |         |         |         |         |         | Aquagym  |
| 21h       |                |                |         |         |                |         |                |                |         |         |                |         |         |         |         |         |          |

Renseignements: [cours@bainsyverdon.ch](mailto:cours@bainsyverdon.ch)