

Nos Activités ÉTÉ - JUILLET ET AOÛT 2022



Samedis

Petits poissons de 0 à 2 ans
Petits Dauphins de 2 à 4 ans

Matins 1 semaine sur 2 de 4 à 8 ans
Cours accélérés de natation



Matins 1 semaine sur 2 de 8 à 12 ans
Jeux / parcours aquatiques,
Sauvetage / prévention
Animations dans le Parc du Centre

Détails et inscriptions

https://www.bainsyverdon.ch/fileadmin/cty/Documents/ecole_de_natation_-_activites_estivales_2022.pdf



Jeudi 14 juillet de 8 à 12 ans
Après-midi LUDIQUE
Parcs et piscine goûter compris



Vendredi 15 juillet de 13 à 17 ans
Après-midi SPORT ET
EQUILIBRE goûter compris



Mardi 12 juillet et 9 août dès 18 ans
Après-midi BUNGYPUM ET
AQUAGYM

Lundi 25 juillet et 22 août dès 16 ans
Matinée DOS
Croyances, mythes, exercices
et aquagym repas compris



Mardi 26 juillet et 24 août dès 16 ans
Après-midi MARCHE NORDIQUE
durée 1h30 (avec théorie et échauffement)



Jeudi 11 août dès 18 ans
JOURNEE BIEN-ÊTRE
Pilates doux 60min. goûter et
étirement 60min. repas de midi
massage 25 minutes compris

Détails et inscriptions

https://www.bainsyverdon.ch/fileadmin/cty/Documents/espace_forme_et_physio_-_inscription_activites_ete_2022.pdf

Planning des cours collectifs d'AQUAGYM et PILATES (lien habituel) :
<https://shop.bainsyverdon.ch/resamania/produits/>