



PLANNING COURS COLLECTIFS

COURS SUR INSCRIPTION – ACCÈS AUX PISCINES COMPRIS

| COURS | LUNDI | MARDI | MERCREDI | JEUDI | VENDREDI | SAMEDI | DIMANCHE |
|-------------------------------|--|---|--|--|--|--|-------------------------------|
| AQUAGYM | 12 h 00 17 h 30 20 h 00 | 12 h 00 17 h 30 18 h 25 19 h 25 20 h 20 | 12 h 00 18 h 25 19 h 25 20 h 20 | 12 h 00 18 h 25 19 h 25 20 h 20 | 12 h 00 17 h 30 18 h 30 19 h 30 | 11 h 00 12 h 00 | 08 h 30 09 h 30 10 h 30 |
| LES PETITS POISSONS | | | | | | 08 h 00 09 h 00 10 h 00 13 h 00 14 h 00 15 h 00 | |
| LES PETITS NAGEURS* | 15h15 16h15 17h15 18h15 | 15h15 16h15 17h15 18h15 | 15h15 16h15 17h15 18h15 | 15h15 16h15 17h15 18h15 | 15h15 16h15 17h15 18h15 | | |
| PILATES | 09 h 30 10 h 30 19 h 00 20 h 00 | | 19 h 00 | | | | |
| GYM SENIORS | | 09 h 30 | | | | | |
| TRAVAIL POSTURAL RESPIRATOIRE | | 17 h 00 | | | | | |
| INDOOR CYCLING | | | 18 h 00 | | | | |
| STRETCHING ET GYM DU DOS | 19 h 00 | | | | | | |
| CUISSES ABDOS-FESSIERS | | | | 18 h 30 | | | |

DURÉE DES SÉANCES 50 MIN. / 10 COURS COLLECTIFS EN SALLE CHF 220.– / 10 COURS AQUATIQUES CHF 230.–

* Conditions et tarifs du cours « Les petits nageurs », voir au verso

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS

MME G. GAUTHERON +41 (0)24 423 02 36

INFO@BAINSYVERDON.CH – BAINSYVERDON.CH – FACEBOOK.COM/LESBAINSDYVERDON



Chaussures indispensables pour les cours en salle