

PLANNING 2023/2024

PACIFICCLUB

UN OCEAN DE BIEN-ETRE

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
9H20-10H00 AQUA MINCEUR	9H20-10H AQUA FORME	LUNDI 9H-21H MARDI 9H-21H MERCREDI 12H-21H JEUDI 9H-21H VENDREDI 9H-20H30 SAMEDI 9H-13H 15H-18H DIMANCHE 10H-13H	9H15-9H55 AQUA BIKE*	10H00-10H40 AQUA BOXING	9H30-10H15 STEP BY STEP
9H30-10H15 FIT BALLET	9H30-10H30 ZUMBA		10H05-10H50 TOTAL BODY GYM	10H00-11H00 PACIFIC'BIKE & BOXE	10H15-10H55 AQUA BIKE*
10H15-11H30 SPORT SANTE	10H10-10H50 AQUA BIKE*		10H50-11H30 PACIFIC STRETCHING	11H00-11H30 FULL TAILLE ABDO	10H15-11H00 TOTAL BODY GYM
11H35-12H15 AQUA MINCEUR	10H30-11H30 PILATES		11H35-12H15 AQUA MINCEUR	11H40-12H20 AQUA POWER	11H00-11H45 PACIFIC STRETCHING
12H30-13H10 AQUA MINCEUR	11H30-12H10 AQUA FORME			12H30-13H10 AQUA BOXING	11H05-11H45 AQUA MINCEUR
	12H30-13H10 AQUA TRAINING				11H50-12H30 AQUA FORME

17H00-17H45 PARCOURS SPORT & SANTE		15H45-16H30 PARCOURS SPORT & SANTE			
17H50-18H30 AQUA FORME	18H00-18H45 STEP BY STEP	16H30-17H10 AQUA FORME		17H00-17H40 AQUA BOXING	<i>*Activité en option</i> En salle se munir Baskets à usage interne Serviette En piscine Maillot de bain Serviette Bonnet de bain Claquettes balnéo
18H00-18H30 FULL TAILLE ABDO	18H00-18H40 AQUA MINCEUR	17H15-17H55 AQUA MINCEUR		17H50-18H30 AQUA BIKE*	
18H30-19H15 PACIFIC BIKE	18H45-19H30 PACIFIC'POWER	18H15-18H55 AQUA BIKE*	18H00-18H45 PACIFIC BIKE	18H00-18H45 FITBALLET	
18H40-19H20 AQUA BIKE & SCUPLT*	18H45-19H25 AQUA TRAINING	18H15-19H15 PACIFIC'BODYGYM & STRETCH	18H45-19H15 FULL TAILLE ABDO	18H45-19H30 TOTAL BODY GYM	
19H15-20H15 PACIFIC'POWER	19H30-20H10 AQUA BIKE*	19H15-20H15 ZUMBA	19H15-20H15 PACIFIC BOXE TRAINING	19H30-20H15 PACIFIC STRETCH	
19H30-20H10 AQUA MINCEUR	19H30-20H15 PACIFIC TRAINING	19H30-20H10 AQUA TRAINING			



01.64.37.77.30



accueil.pacificclub@gmail.com