

## Aquasports

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
		8h15 <sup>45</sup> Aguasphro				
9h15 <sup>45</sup> aquafitness		9h15 <sup>45</sup> aquafitness				9h15 <sup>45</sup> aquabiking
10h15 aquafitness						10h30 <sup>45</sup> aquafitness
12h15 <sup>45</sup> aquabiking	12h15 <sup>45</sup> aquafitness	12h15 <sup>45</sup> bodypalm	12h15 <sup>45</sup> aquabiking	12h15 <sup>45</sup> aquabiking	12h45 <sup>45</sup> Aquarelax	11h30 <sup>45</sup> aquabiking
17h15 <sup>45</sup> aquabiking	17h15 <sup>45</sup> aquaboxing		17h15 <sup>45</sup> aquafitness	17h15 <sup>45</sup> aquabiking		
18h15 <sup>45</sup> aquaboxing	18h15 <sup>45</sup> aquabiking	18h15 <sup>45</sup> aquafitness	18h15 <sup>45</sup> aquaboxing	18h15 <sup>45</sup> aquaboxing		
19h15 <sup>45</sup> aquabiking	19h15 <sup>45</sup> bodypalm	19h15 <sup>45</sup> aquafitness	19h15 <sup>45</sup> aquafitness	19h15 <sup>45</sup> bodypalm		
	20h15 <sup>45</sup> aquafitness	20h15 <sup>45</sup> aquabiking	20h15 <sup>45</sup> aquabiking	20h15 <sup>45</sup> aquabiking		

25/04/2022 au 26/06/2022

Document non-contractuel, la direction se réserve la possibilité de changer les horaires en fonction des impératifs de fonctionnement. Merci de votre compréhension :)

**AQUANOVA AMERICA**  
Centre Aquatique Sportif de Vosges

intensités  
COOL TONIC BOOST XTREM

activités Premium  
sur réservation  
au ☎ 09 71 00 88 00

## Fitness

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
09h15 <sup>1h</sup> LES MILLS BODYBALANCE	09h15 <sup>45</sup> circuit training	09h15 <sup>1h</sup> LES MILLS BODYBALANCE	09h15 <sup>30</sup> circuit training	09h15 <sup>30</sup> blueball	09h15 <sup>30</sup> BOXING HBX	
10h30 <sup>30</sup> BOXING HBX	10h15 <sup>45</sup> stretching	10h30 <sup>45</sup> Sport Santé <sup>PRESCRI</sup> m @ uv	10h15 <sup>45</sup> stretching	10h00 <sup>1h</sup> LES MILLS BODYBALANCE	10h00 <sup>1h</sup> LES MILLS BODYPUMP	
12h30 <sup>45</sup> circuit training	12h30 <sup>1h</sup> LES MILLS BODYBALANCE	12h30 <sup>30</sup> 100% abdos	11h15 <sup>45</sup> Sport Santé <sup>PRESCRI</sup> m @ uv	12h30 <sup>45</sup> caf	11h15 <sup>45</sup> stretching	
17h30 <sup>45</sup> caf	17h30 <sup>45</sup> LES MILLS SH'BAM	17h30 <sup>45</sup> circ. training	12h30 <sup>1h</sup> LES MILLS BODYPUMP	17h30 <sup>45</sup> caf		
LES MILLS RPM	LES MILLS RPM	LES MILLS RPM	17h30 <sup>1h</sup> LES MILLS BODYPUMP	LES MILLS RPM		
18h30 <sup>1h</sup> LES MILLS BODYPUMP	18h30 <sup>45</sup> caf	18h30 <sup>45</sup> LES MILLS SH'BAM	18h45 <sup>45</sup> LES MILLS BODYATTACK	18h30 <sup>45</sup> circ. training		
18h30 <sup>45</sup> LES MILLS RPM	LES MILLS RPM	LES MILLS RPM		LES MILLS RPM		
19h45 <sup>45</sup> LES MILLS BODYATTACK	19h30 <sup>1h</sup> LES MILLS BODYPUMP	19h30 <sup>30</sup> BOXING HBX	19h45 <sup>30</sup> stretching	19h30 <sup>45</sup> LES MILLS SH'BAM		

Planning fitness du 25/04/2022 au 26/06/2022

Document non-contractuel, la direction se réserve la possibilité de changer les horaires en fonction des impératifs de fonctionnement. Merci de votre compréhension :)

**AQUANOVA AMERICA**  
Centre Aquatique Sportif de Vosges

intensités  
SANTÉ COOL TONIC BOOST XTREM

activités Premium  
sur réservation  
au ☎ 09 71 00 88 00