



**INFOS ET TARIFS ACTIVITES PISCINE DE DESAIX**

**SAISON 2017-2018**

0596 68 97 53  
0696 33 38 50  
www.aqua-form.org

ACTIVITES	JOURS	HORAIRES	DUREE	PUBLICS VISES	CARACTERISTIQUES	TARIFS PISCINE 2017-2018	
						ACTIVITES	LICENCES OBLIGATOIRE
AQUABIKE	MARDI	12h00 - 12h50	45 Min	ADULTES	ANTI CELLULITE EFFET HYDROMASSANT ET DYNAMISANT	430 €	30 €
	VENDREDI	11h50 - 12h40 - 13h30					
AQUAFITNESS	MARDI	19H00	45 Min	ADULTES	AVEC OU SANS MUSIQUE PROFITEZ DES BIENFAITS DE L'EAU	380 €	30 €
	option mer 75€						
AQUA CROSS TRAINING	LUNDI	11H45	45 Min	ADULTES	COMBINE D'EXERCICES POUR TRAVAILLER DIFFERENTES PARTIES DU CORPS. RENFO CARDIO ENDURANCE	410 €	30 €
	JEUDI	12H35					
BODYPALM'	LUNDI	12H35	45 Min	ADULTES	COMBINE DE TRAVAIL A LA VERTICAL AVEC CEINTURE DE FLOTTAISON ET TRAVAIL HORIZONTAL AVEC MINI PALMES	380 €	30 €
	JEUDI	11H45					
APPRENDRE A NAGER Débutant	MARDI	13H40	45 Min	ADOS ADULTES	DEBUTANT TOUS NIVEAUX	380 €	30 €
	JEUDI	8H45					
	SAMEDI	8H00					
SAVOIR NAGER Intermédiaire	MARDI	18H15	45 Min	ADOS ADULTES	ETRE CAPABLE DE NAGER 25 M EN NAGE LIBRE	380 €	30 €
	VENDREDI	18H15					
	SAMEDI	8H00- 8H45					
NAT-SANTE	JEUDI	09H30	45 Min	ADOS/ADULTES	NATATION ADAPTEE POUR DEVELOPPER, MAINTENIR, RESTAURER SON CAPITAL SANTE	380 €	30 €
NAGER PLUS Avancé	MARDI	17H30	45 Min	ADOS ADULTES	ETRE CAPABLE DE NAGER 100 M EN NAGE LIBRE	380 €	30 €
	VENDREDI	17H30					
	SAMEDI	8H45					
NAGER 2 x + ENTRAINEMENT Expert	MARDI	19H45	1 H	ADOS ADULTES	ENTRAINEMENT SPORTIF NATATION ET SAUVETAGE <b>2 SEANCES / SEMAINE</b>	450 €	30 €
	VENDREDI	19H00	1H45				
ECOLE DE NATATION FRANCAISE (E.N.F)	MERCREDI	14h00 - 15h00	45 Min	ENFANTS 6/7 ANS	DE L'INITIATION AU PERFECTIONNEMENT DES QUATRE NAGES	330 €	25€ (pour les - de 10 ans) 30€ (pour les + de 10 ans)
		13h15 - 15h45		ENFANTS 8 ANS & +			
	SAMEDI	10h30 - 13h45		ENFANTS 6/7 ANS			
		9h45 - 11h15		ENFANTS 8 ANS & +			
		13h00 - 14h30		ENFANTS 8 ANS & +			



**INFOS ET TARIFS ACTIVITES REDOUTE 3BLEUS**

0596 70 75 65  
0696 44 58 52

AQUA-SANTE	MARDI	9H15	45 Min	ADULTES	COMBINE AQUAGYM NATATION ADAPTEE	380 €
	JEUDI	9H15				
VAINCRE AQUA-PHOBIE	SAMEDI	SUR RENDEZ VOUS	45 Min	ENFANTS à ADULTES	SMALL GROUPE DE 3 à 4 PERSONNES	20 € / séance / personne
AQUA-KIDS 4/5	SAMEDI	SUR RENDEZ VOUS	45 Min	JEUNES ENFANTS	ADAPTATION DU JEUNE ENFANT AU MILIEU AQUATIQUE APPRENDRE A SE SAUVER SMALL GROUPE	20 € / séance / enfant