
































PLANNING 2023-2024

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
9h45 à 10h30	AQUAGYM DOUX  2	NATATION ADULTES  2		AQUAGYM DOUX  2	AQUAGYM  3	9h30 à 10h10 BEBES NAGEURS	9h30 à 10h10 BEBES NAGEURS
10h40 à 11h25	AQUABIKE  4	AQUAGYM  3	NATATION ENFANT sauf vacances scolaires	AQUARELAX  1	AQUA CUISSES ABDOS FESSIERS  3	10h15 à 11h55 NATATION ENFANT	10h30 à 11h15 AQUAGYM  4
11h30 à 12h15	AQUARELAX  1	AQUABIKE DOUX  4	11h30 à 12h15 AQUAGYM  3	AQUAGYM  3		11h00 à 11h45 AQUAGYM  4	11h30 à 12h15 AQUATRaining  4
12h30 à 13h15	AQUAGYM  3	AQUABIKE  4		AQUABOXING  5		12h00 à 12h45 AQUABIKE  4	
13h30 à 14h30	FITNESS AU LUGON BLEU YOGA  3		NATATION ENFANT	sauf vacances scolaires 16h15 à 17h AQUAGYM  3		13h15 - 17h10 NATATION ENFANT	
17h15 à 18h40	NATATION ENFANT	NATATION ENFANT		NATATION ENFANT	NATATION ENFANT		
19h00 à 19h45	BIKE & JUMP  5	AQUAGYM  3	19h00 à 19h45 AQUABIKE  4	AQUAGYM  3	1h de BIG TRAINING  4	17h15 à 17h55 BEBES NAGEURS	
20h00 à 20h45	AQUABOXING  5	AQUA CUISSES ABDOS FESSIERS  3		AQUABIKE  4			
		19h40-20h40 RENFO MUSCULAIRE  5					
		20h40-21h40 MIX YOGA PILATES  3					

LE LUGON BLEU

05 57 50 41 12

WWW.LELUGONBLEU.COM