

# AQUAFORM

| Groupes              | Age         | Informations  | Créneaux                   | Tarifs   |
|----------------------|-------------|---|----------------------------|--|
| <b>CAP-Bike</b>      | 16 ans et + | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Remodeler et affiner son corps</li> <li>- Séances de 45 mn</li> </ul>                        | Lundi de 12h15 à 13h       | <b>50 €</b><br>de cotisation<br>annuelle<br>+<br><b>15 €</b><br>de licence<br>+<br><b>50 €</b><br>les 10 séances |
|                      |             |   | Lundi de 18h15 à 19h00     |  |
|                      |             |   | Mercredi de 18h15 à 19h00  |  |
|                      |             |   | Vendredi de 12h15 à 13h    |  |
|                      |             |   | Vendredi de 18h15 à 19h00  |  |
| <b>CAP-Form</b>      | 16 ans et + | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Gym dans l'eau en musique</li> <li>- Séances de 45 mn</li> </ul>                             | Lundi de 19h00 à 19h45     | <b>50 €</b><br>de cotisation<br>annuelle<br>+<br><b>15 €</b><br>de licence<br>+ <b>40 €</b><br>les 10 séances    |
|                      |             |   | Vendredi de 19h00 à 19h45  |  |
| <b>Aqua training</b> | 16 ans et + | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Séance mixte entre renforcement musculaire et aquagym</li> <li>- Séances de 45 mn</li> </ul> | en attente de confirmation | <b>65 €</b><br>de cotisation<br>annuelle<br>+<br><b>50 €</b><br>les 10 séances                                   |