

# L'aquarena de Sevrans

## Planning en période scolaire

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
		9h30 à 10h15			9h à 10h
		Nat'éveil 4 ans à 5 ans			Aquafitness Tonique
		10h15 à 11h			10h à 11h
		Nat'éveil 4 ans à 5 ans			Aquafitness Tonique
					11h à 11h30
					Éveil aquatique 2 ans à 3 ans
12h-12h45	12h-12h30	12h-12h45	12h-12h30	12h à 12h45	11h30 à 12h
Aqua-gym Actif	Aqua-bike Actif	Aquagym Actif	Aquabike Actif	Aquagym Actif	Éveil aquatique 2 ans à 3 ans
13h00 à 13h45	13h00 à 13h30	13h à 13h45	13h00 à 13h30	13h00 à 13h45	
Aqua-gym Tonique	Aquabike Tonique	Aquagym Tonique	Aquabike Tonique	Aquagym Tonique	
		14h00 à 14h45			
		École Municipale de Natation Niveau 1 et 2			
		14h45 à 15h30			
		École Municipale de Natation Niveau 1 et 2			
		15h30 à 16h15			
		École Municipale de Natation Niveau 1 et 2			
		16h15 à 17h			
		École Municipale de Natation Niveau 1 et 3			
17h30 à 18h15	17h30 à 18h15	17h à 17h45	17h30 à 18h15	17h30 à 18h15	
École Municipale de Natation Niveau 1 / 2 / 3	École Municipale de Natation Niveau 1 / 2 / 3	École Municipale de Natation Niveau 1 et 3	École Municipale de Natation Niveau 1 / 2 / 3	École Municipale de Natation Niveau 1 / 2 / 3	
18h15 à 19h	18h15 à 19h	18h à 18h30	18h15 à 19h	18h15 à 19h	
École Municipale de Natation Niveau 1 / 2 / 3	École Municipale de Natation Niveau 1 / 2 / 3	Aquabike Tonique	École Municipale de Natation Niveau 1 / 2 / 3	École Municipale de Natation Niveau 1 / 2 / 3	
19h à 19h30	19h à 19h45	18h45 à 19h15	19h à 19h45	19h30 à 20h30	
Aquabike Tonique	Aquagym Tonique	Aquabike Tonique	Aquagym Tonique	Natation Adulte Niveau 2 et 3	
	20h à 21h			20h30 à 21h15	
	Natation Adulte Niveau 1			Aquagym Tonique	
<div>* Bleue : (Niveau actif)</div> <div>* Rouge : (Niveau Tonique)</div>		Niveaux 1 = Débutant - Niveau 2 = Intermédiaire - Niveau 3 = Perfectionnement			
Pour vous aider à trouver le cours le plus adapté à votre forme du moment, nous avons mis en place un système d'identification de l'intensité. Afin que chacun puisse pratiquer au bon rythme et profiter pleinement de sa séance					