

AQUA FITNESS



SUR INSCRIPTION

[PISCINES.CC-MOLSHEIM-MUTZIG.FR](https://piscines.cc-molsheim-mutzig.fr)

PISCINE DU TRIANGLE

Lundi, mercredi, jeudi, vendredi,

PISCINE DE MUTZIG

Lundi, mardi, mercredi, jeudi, vendredi, samedi

AQUAFITNESS

Sur réservation



4,80 €

+ entrée piscine



45 Minutes

Abonnement trimestriel : 110 €*
25 séances : 180 €*
10 séances : 78 €*
*entrée comprise



Modéré à intensif



Les conseils du coach :

- Apportez 1 bouteille d'eau
- Et votre bonne humeur !

Description

Cours à dominante musculaire pour tonifier et dessiner tout le corps avec du matériel spécifique offrant une résistance modérée associé à un travail cardio-vasculaire. *Il n'est pas nécessaire de savoir nager.*

Horaires

PISCINE DU TRIANGLE A DACHSTEIN :

Lundi : 12h15 à 13h

Mercredi : 19h30 à 20h15

Jeudi : 12h15 à 13h - 18h15 à 19h

Vendredi : 19h30 à 20h15

GB Grand Bassin

PISCINE DE MUTZIG :

Lundi : 19h15 - 20h30 **GB**

Mardi : 10h45 à 11h30 - 12h15 à 13h
18h15 à 19h

Mercredi : 9h30 à 10h15

Jeudi : 19h15 à 20h

Vendredi : 12h15 à 13h

Samedi : 10h45 à 11h30 **GB**



Une fois par mois, Aquafitness devient **Aquapilates** !



piscines.cc-molsheim-mutzig.fr



piscines@cc-molsheim-mutzig.fr



Piscines intercommunales de la Région de Molsheim-Mutzig



Mutzig : 03 88 48 52 88

Le Triangle : 03 88 49 23 00

