

# Horaires des activités aquatiques

du 2 septembre 2024 au 31 décembre 2024 (hors vacances scolaires) - Tous les cours sont sur inscription.

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
<b>Piscine de Mutzig</b>						
			8h30 à 9h15 : Aquagym PB (30)			8h15 à 9h : Bike (12)
		9h30 à 10h15 : Aquafitness PB (30)	9h30 à 10h15 : Aquagym GB (30)			9h à 9h45 : Bike (12)
10h45 à 11h30 : Aquagym PB (30)	10h45 à 11h30 : Aquafitness PB (30)	10h45 à 11h30 : Prévention noyade enfants (5)	10h30 à 11h15 : Aquagym PB (30)	10h45 à 11h30 : Aquasénior PB (30)	10h45 à 11h30 : Aquafitness GB (30)	
11h45 à 12h30 : Bike (12)	12h15 à 13h : Aquafitness PB (30)		12h15 à 13h : Bike (12)	12h15 à 13h : Aquafitness PB (30)		
	12h15 à 13h : Renforcement musculaire du dos GB (8)		12h15 à 13h : Perf natation GB (8)			
12h15 à 13h : Perf natation GB (8)	13h à 13h45 : Bike (12)		14h45 à 15h30 : RCPO (30)			
	16h45 à 17h30 : Prévention noyade enfants (5)		16h45 à 17h30 : Prévention noyade enfants (5)			
18h15 à 19h : Bike (12)	18h15 à 19h : Aquafitness PB (30)		18h15 à 19h : Bike (12)			
19h15 à 20h : Aquafitness GB (30)	19h15 à 20h : Bike (12)		19h15 à 20h : Aquafitness PB (30)			
<b>Piscine "Le TRIANGLE" à Dachstein</b>						
9h45 à 10h30 : Bike sénior (25)		9h30 à 10h15 : Aqua sénior PB (35)				<p>PB =&gt; Petit bassin GB =&gt; Grand Bassin (chiffre) = nbre de places disponibles</p>  <p>Communauté de Communes de la Région de MOLSHEIM-MUTZIG</p> <p>web : piscines.cc-molsheim-mutzig.fr e-mail : piscines@cc-molsheim-mutzig.fr Tel : 03 88 49 23 00</p>
12h15 à 13h : Aquafitness PB (30)	12h15 à 13h : Running (15)		12h15 à 13h : Aquafitness PB (35)	12h15 à 13h : Perf natation GB (8)		
12h15 à 13h : Aquagym GB (30)	12h15 à 13h : Perf natation GB (8)		12h15 à 13h : Aquagym GB (30)	12h15 à 13h : Bike (25)		
	15h45 à 16h30 : Aqua sénior PB (30)	14h à 14h45 : Prévention noyade enfants (5)	15h45 à 16h30 : Apprentissage natation PB (5)			
16h45 à 17h30 : Prévention noyade enfants (5)		15h à 15h45 : Prévention noyade enfants (5)		16h45 à 17h30 : Prévention noyade enfants (5)		
	18h15 à 19h : Bike (25)	18h à 19h30 : Aquaphobie PB (15)	18h15 à 19h : Aquafitness PB (35)	18h à 18h45 : Perf natation (GB) (8)		
19h30 à 20h15 : Bike (25)	19h15 à 20h15 : Aqua HIIT (30)	18h30 à 19h15 : Perf natation (GB) (8)	19h15 à 20h : Training (30)	18h45 à 19h30 : Perf natation (GB) (8)		
		19h30 à 20h15 : Aquafitness PB (35)		19h30 à 20h15 : Aquafitness PB (35)		

Cours à 7,20€, ou abonnement 10 séances à 66€, entrée non comprise

Cours à 4,80€ ou abonnement trimestriel 110€ ou 25 séances 180€ ou 10 séances 78€, entrée comprise pour les abonnements

Cours enfant sous forme de session, pas de cours à l'unité, voir fiche prévention noyade

Cours à 15€, entrée comprise, pas d'abonnement