PASS **AQUAFORM**

2023-2024

AQUAGYM

COURS qui maintient le tonus musculaire et sollicite le système cardivasculaire de façon douce tout en évitant les chocs grâce à la pression de l'eau.

AQUAFITNESS

COURS TONIQUE ET RYTHMÉ qui permet de muscler et tonifier l'ensemble du corps avec ou sans matériel.

AQUADYNAMIC ™

COURS EN MUSIQUE complet et sans impact, qui permet d'améliorer son endurance cardiovasculaire et musculaire de manière fun et ludique.

NATATION PRÉNATALE

ELLE S'ADRESSE aux futures mamans à partir du 3e mois de grossesse. Cette activité douce est un véritable complément axé sur un travail de respiration, de prise de conscience de son corps et de relaxation. Elle associe convivialité et partage.

HORAIRES ET **TARIFS**

AQUA**GYM**

LUNDI	**11H15 – 12H**
MARDI	**11H15 – 12H**
MERCREDI	**11H15 – 12H**
JEUDI	**11H15 – 12H**

AQUA **FITNESS**

LUNDI	**12H10 – 12H55** **19H – 19H45**
MERCREDI	**19H – 19H45**
JEUDI	**19H – 19H45**
VENDREDI	**11H15 – 12H** **19H – 19H45**

AQUA **DYNAMIC™**

MARDI	**19H – 19H45**
MERCREDI	**12H15 – 13H**
VENDREDI	**12H15 – 13H**

Le PASS est valable pour une seule séance par jour, il est strictement personnel et pour des raisons d'assurance, il ne peut en aucun cas être prêté. Le PASS vous permet d'accéder à tous nos cours d'AQUAFORM ou la location BIKE du lundi au vendredi à raison d'une séance par jour.

NATATION **PRENATALE**

LUNDI	**13H – 13H45**

Pour toute inscription : questionnaire de santé à remplir sur place (si non validé, fournir un certificat médical)
En cas d'absence, aucun remboursement ni échange en entrées piscine ne seront effectués même sur présentation d'un certificat médical.

RÉSIDENT DÉCINOIS*

PASS 9 séances + 1 offerte : **65** €

À PARTIR DU 2ND PASS 9 séances + 1 offerte (offre valable UNIQUEMENT pour un conjoint et/ou un 2ème enfant à charge) : **50,30** €

ACTIVITÉ à la séance : **7,20** €

NON-DÉCINOIS

PASS 9 séances + 1 offerte : **79** €

À PARTIR DU 2ND PASS 9 séances + 1 offerte (offre valable UNIQUEMENT pour un conjoint et/ou un 2ème enfant à charge) : **61,70** €

ACTIVITÉ à la séance : **8,75** €

* Tarif décinois sur présentation d'un justificatif de domicile de moins de 3 mois et d'une pièce d'identité.