

# AQUATIQUE

Planning sous réserve de modification

2024  
2025

	Durée	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	
O'START	BÉBÉS NAGEURS < 6 MOIS - - 36 MOIS >	30 min					8h45 ou 9h15	
	JARDIN AQUATIQUE 3 à 5 ans						8h45	
	RÉFLEXE AQUATIQUE 3 à 5 ans	45 min			11h00			
	INITIATION ENFANT 5 à 8 ans	45 min			13h30			
	AQUAPHOBIE	45 min				12h30	19h15	
	INITIATION ADULTE	45 min		20h00		12h00	12h45 ou 20h15	
O'ACADEMY	ÉVOLUTION ADULTE	45 min	12h00 ou 20h15	12h45 ou 20h00		20h15		
	PERFORMANCE ADO	45 min			14h00 ou 18h30			
	PERFORMANCE ADULTE	45 min	20h15	12h00	20h15	12h45		
LE + SPORT ACCESS	MIX 1 MAX	45 min	19h30	19h15	19h15		19h15	
	BIENTÔT MAMAN	60 min			10h00			
O'FIT	AQUAGYM DOUCEUR	45 min	11h15			11h15		
	AQUAGYM DETENTE	45 min				20h00		
	AQUAGYM VITALITÉ	45 min	19h00		09h00 ou 18h15		12h00	
	AQUAGYM PLUS	45 min				18h00		
	AQUABIKE SOLO	30 min	17h30					
	AQUABIKE DUO	45 min	18h00	12h00 ou 19h15	19h15	19h00	18h15	
	CIRCUIT FORME	45 min			12h00			
	AQUA PILATES	45 min			12h45			
	AQUA TRAMPO SOLO	30 min		12h45				
	AQUA TRAMPO DUO	45 min	12h00	18h15				
	... et aussi	O' FIT MIX	45 min			20h15		
ABDOS FLASH		30 min	12h45					
JEUNE NAGEUR SAUVETEUR		45 min				18h15		
LOCATION AQUABIKE		30 min	16h15→17:15	11:15→11:45 16:15→17:15		16h15→17:15	16h15→17:15	13h→18:30
ANNIVERSAIRE		1h						14:00

Piscine du Olympique Dijon Métropole - 12 Rue Alain Bombard - 21000 Dijon // nager-grimper.metropole-dijon.fr // 01 87 21 54 60

LS 21 LOISIRS SPORTIFS 21, société à responsabilité limitée au capital de 10 000 euros, ayant son siège social sis Piscine Olympique du Grand Dijon, 12 Rue Bombard 21000 Dijon, immatriculée au R.C.S de Dijon sous le numéro 520 110 727 - code APE 9311Z, numéro intracommunautaire : FR07520110727.

