

Programmation – adultes

Horaire – automne 2018
Début des cours le lundi 3 septembre 2018
10 semaines

| Adultes | 55 minutes par cours |
|----------------|-----------------------------|
| Aqua combo | Lundi 18 h |
| Aqua combo | Mercredi 18 h |
| Aquaforme AFC | Mardi 19 h |
| Aqua cardio | Jeudi 18 h |
| Aquajogging | Mardi 20 h |
| Aquajogging | Mercredi 19 h |
| Aqua boot camp | Jeudi 19 h |
| Essentiel 1 | Samedi 8h |
| Essentiel 1 | Mardi 18 h |
| Essentiel 2 | Lundi 19h |
| Essentiel 2 | Mercredi 20 h |
| Essentiel 2 | Samedi 8h |
| Maître-nageur | Lundi 20 h |
| Maître-nageur | Jeudi 20 h |
| Maître-nageur | Dimanche 8h |

Inscription en ligne dès maintenant
<http://www.loisirs3000.ca/fr/activites-aquatiques-CAH>