

# AQUAFITNESS

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
9h-9h45 <b>AQUABALANCE</b>		9h-9h45 <b>Aquaforme</b>	9h-9h30* <b>Aquabiking</b>	9h-9h45 <b>AQUABALANCE</b>		
	12h-12h30* <b>Aquabiking</b>				12h-12h45 <b>Aquaforme</b>	10h-10h30* <b>Aquabiking</b>
12h30-13h15 <b>AQUAFIT</b>	12h30-13h* <b>Aquabiking</b>		12h30-13h15 <b>AQUAFIT</b>	12h30-13h* <b>Aquabiking</b>		
15h45-16h30 <sup>(1)</sup> <b>Aquaforme</b>	16h00-16h30 <sup>(1)</sup> * <b>Aquabiking</b>			15h45-16h30 <sup>(1)</sup> <b>Aquaforme</b>		
	18h15-19h <b>aquabuilding</b>	18h15-18h45* <b>Aquabiking</b>				
19h-19h30* <b>Aquabiking</b>	19h15-20h <b>BODY PALM</b> <small>puissance &amp; légèreté</small>	19h-19h45 <b>AQUAFIT</b>	19h-19h45 <b>AQUAPALMES</b>	19h-19h45 <b>aquabuilding</b>		
19h45-20h30* <b>AQUAFUSION</b>	20h00-20h30* <b>Aquabiking</b>	20h-20h30* <b>Aquabiking</b>	20h-20h30* <b>Aquabiking</b>	20h-20h30* <b>Aquabiking</b>		

# FITNESS

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
10h00-10h45 <b>FIT &amp; FORM</b>	10h00-10h45 <b>CAF</b>	10h00-10h45 <b>Abdos Fessiers</b>	9h00-10h00 <b>Pilates</b>	10h00-10h45 <b>CAF</b>	10h00-10h45 <b>CAF</b>	
11h00-12h00 <b>Pilates</b>	11h00-11h45 <b>STRETCH</b>	11h00-11h45 <b>blueball</b>	10h00-10h45 <b>FIT &amp; FORM</b>	11h00-11h45 <b>blueball</b>	11h00-11h45 <b>GYM DOS</b>	
12h00-12h30 <b>Abdos Fessiers</b>	11h45-12h15 <b>GYM DOS</b>	12h00-12h30 <b>100%</b>	11h00-11h45 <b>STRETCH</b>	12h30-13h15 <b>PERSONAL TRAINER</b>	11h45-12h15 <b>STRETCH</b>	
18h00-18h45 <b>CAF</b>	18h00-18h45 <b>LES MILLS BODYPUMP</b>	18h00-18h45 <b>TABATA Training</b>	18h00-18h45 <b>LES MILLS BODYATTACK</b>	18h00-18h45 <b>CAF</b>		
19h00-19h45 <b>STEP</b>	19h00-19h45 <b>LES MILLS BODYATTACK</b>	19h00-19h45 <b>ZUMBA FITNESS</b>	19h00-19h45 <b>LES MILLS BODYPUMP</b>	19h-19h45 <b>ZUMBA FITNESS</b>		
20h00-20h30 <b>STRETCH</b>	19h45-20h30 <b>STRETCH</b>	20h00-20h45 <b>PERSONAL TRAINER</b>	20h00-20h30 <b>STRETCH</b>			

Doux

Modéré

Intense

Intense +

\* : Créneaux de cours sur réservation

(1) : Créneaux non assuré pendant les vacances

# PLANNING D'ACTIVITÉS

## AQUAFITNESS & FITNESS

### horaires d'ouverture

ESPACES	AQUATIQUE	FORME
Lundi	10h > 14h   16h30 > 20h	8h > 21h
Mardi	12h > 14h   16h30 > 20h	8h > 21h
Mercredi	12h > 20h	8h > 21h
Jeu	12h > 14h   16h30 > 20h	8h > 21h
Vendredi	12h > 14h   16h30 > 22h	8h > 22h
Samedi	14h30 > 20h	9h > 13h   14h > 20h
Dimanche	9h > 13h   14h30 > 18h	9h > 13h   14h30 > 18h

#### PÉRIODE PETITES VACANCES

Espace aquatique : du lundi au vendredi : 10h à 20h (nocturne le vendredi jusque 22h).  
samedi : 14h30 - 20h    dimanche : 9h - 13h00 et 14h30 - 18h

Espace forme : du lundi au vendredi de 9h à 21h (nocturne le vendredi jusque 22h).  
Samedi & dimanche : 9h - 13h et 14h30 - 20h

#### PÉRIODE GRANDES VACANCES

Ouvert tous les jours de 10h à 20h (nocturne le vendredi jusque 22h).



**natureo**  
Parc Aquatique

smiling people

1 allée des Lys • 37600 Loches

☎ 02 47 91 34 55 • [www.parc-natureo.fr](http://www.parc-natureo.fr)

Parc Natureo - S.A.S. au capital de 20 000 € - Siège social : 1 allée des lys 37600 Loches  
RCS TOURS 532 193 968 00015.



FACEBOOK

[facebook.com/parc.natureo](https://facebook.com/parc.natureo)



TWITTER

@ParcNatureo



37600 Loches • ☎ 02 47 91 34 55

[www.parc-natureo.fr](http://www.parc-natureo.fr)

