

# A partir du 3 septembre 2018

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
09h00 (45) <b>bodypalm</b>	09h00 (30) <b>aquabiking</b>	09h00 (45) <b>aquabalance</b>	09h00 (45) <b>aquarelax</b>	09h00 (45) <b>aquabalance</b>	10h00 (45) <b>bodypalm</b>	09h00 (30) <b>aquabiking</b>
<b>aquabalance</b>	09h00 (45) <b>aquaforme</b>	09h15 (30) <b>aquabiking</b>	<b>aquaforme</b>	10h00 (30) <b>aquabiking</b>	11h00 (45) <b>aquaforme</b>	09h00 (1h) <b>bb nageur</b>
10h00 (30) <b>aquabiking</b>	10h00 (45) <b>aquarelax</b>					09h45 (1h) <b>bb nageur</b>
	12h30 (30) <b>aquabiking</b>	12h30 (45) <b>aquatrainig</b>	12h30 (30) <b>aquabiking</b>		12h00 (30) <b>aquabiking</b>	
		14h00 (45) <b>kid's mania</b>				
		18h00 (45) <b>aquaforme</b>				
19h00 (30) <b>aquabiking</b>	19h00 (45) <b>aquaforme</b>	19h45 (45) <b>bodypalm</b>	19h00 (30) <b>aquabiking</b>			
19h45 (45) <b>aquabuilding</b>			19h45 (45) <b>aquabuilding</b>			

# Phareo

Bien plus qu'une piscine

## AQUAFITNESS

intensités

COOL TONIC BOOST XTREM

 **activités Premium**  
sur réservation  
sur [www.phareo-beaufortenanjou.fr](http://www.phareo-beaufortenanjou.fr)

# A partir du 3 septembre 2018

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
10h00 (45')	10h00 (45')	10h00 (45')		10h00 (30')	9h30 (1h)
blueball	LES MILLS BODYBALANCE	RENFO STEP		stretching	LES MILLS BODYPUMP
11h00 (30')	11h00 (45')	11h00 (45')		10h45 (45')	10h45 (45')
PILATES	ABDOS FESSIERS	blueball		blueball	PILATES
11h30 (45')	11h45 (15')	11h45 (30')		11h45 (30')	11h30 (1h)
stretching	stretching	caf		TEAM TRAINING	LES MILLS BODYBALANCE
	12h15 (45')			12h15 (45')	
	caf			LES MILLS BODYBALANCE	
		17h00 (45')			
		PILATES			
18h00 (45')	18h00 (45')	18h00 (45')	18h00 (45')		
blueball	PILATES	TEAM TRAINING	caf		
19h00 (45')	19h00 (1h)	19h00 (1h)	19h00 (45')		
caf	LES MILLS BODYPUMP	LES MILLS BODYBALANCE	PHAR'DANCE		
19h45 (45')			19h45 (15')		
step			stretching		

**FITNESS**

