

# VERCORS GYM

COURS COLLECTIFS AQUATIQUES  
[www.vercorsgym-chabeuil.adussee.com](http://www.vercorsgym-chabeuil.adussee.com)  
 **Vercors Gym**

[vercorsgym-wordpress.com](http://vercorsgym-wordpress.com)

## FITNESS PLANNING 2018/2019

**LUNDI**    **MARDI**    **MERCREDI**    **JEUDI**    **VENDREDI**    **SAMEDI**

**9H30**  
**AQUABIKING**

**9H30**  
**AQUA TONIC**

**9H30**  
**AQUA GYM**



**9H30**  
**AQUA GYM**

**9H30**  
**AQUABIKING**

**10H30**  
**AQUA TONIC**

**10H30**  
**AQUA GYM**

**10H30**  
**AQUABIKING**

**10H30**  
**AQUA TONIC**

**12H30**  
**BIKING TONIC**

**12H30**  
**AQUABIKING**



**12H30**  
**BIKING TONIC**

**15H30**  
**AQUA GYM**

**14H30**  
**AQUA TONIC**



**15H30**  
**AQUA TONIC**

**18H00**  
**AQUA CIRCUIT**

**18H00**  
**AQUA CIRCUIT**

**18H00**  
**AQUA ZUMBA**

**18H00**  
**AQUA TONIC**

**19H00**  
**AQUABIKING**

**19H00**  
**AQUA TONIC**

**19H00**  
**AQUABIKING**

**19H00**  
**AQUABIKING**



**AQUABIKING**

Pédaler dans l'eau pour un amincissement...



**AQUA TONIC**

Bouger votre corps. Tonicité garantie.

**AQUA GYM**

L'efficacité d'une gymnastique accessible à tous en apesanteur, tonus et bien-être au rendez-vous...

**AQUA CIRCUIT**

Circuit training pour retrouver la ligne...

**BIKING TONIC**

Pédaler et bouger dans le même cours...

**AQUA ZUMBA**

Bouger et danser dans l'eau sur des sons chauds et latinos... Ambiance garantie.