

Fitness

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
09h30 (30) stretching	10h15 (45) caf	10h15 (45) bodysculpt	09h30 (45) bodysculpt	10h15 (45) LES MILLS BODYPUMP	10h15 (45) caf	
10h15 (45) bodysculpt	11h00 (45) blueball	11h00 (45) caf	10h15 (45) step	11h00 (45) circ. training	11h00 (45) bodysculpt	
11h00 (45) caf			11h00 (45) pilates		11h45 (30) stretching	
12h30 (45) caf	12h30 (45) pilates	12h30 (45) LES MILLS BODYPUMP	12h30 (30) blueball	12h30 (30) caf		
18h00 (45) TRX Suspension Training	18h00 (45) caf	18h00 (45) caf	18h00 (45) LES MILLS BODYPUMP	18h00 (45) blueball		
18h45 (45) LES MILLS SH'BAM	18h45 (45) step	18h45 (45) LES MILLS BODYCOMBAT	18h45 (45) caf	18h45 (45) LES MILLS BODYPUMP		
19h30 (45) caf	19h30 (45) LES MILLS BODYPUMP	19h30 (45) circ. training	19h30 (45) LES MILLS SH'BAM	19h30 (45) caf		
19h30 (1h) crosstraining	20h15 (45) caf			20h15 (30) stretching		



intensités

COOL TONIC BOOST XTREM

activités Premium sur réservation SUR www.caseo-seine-eure.fr

Document non-contractuel, la direction se réserve la possibilité de changer les horaires en fonction des impératifs de fonctionnement. Merci de votre compréhension :)

AquaFitness

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
09h00 (30) aquabiking	09h00 (45) aquafitness	09h30 (45) bodypalm	09h00 (45) aquafitness	09h00 (30) aquabiking	11h15 (45) aquarelax	09h30 (45) aquafitness
11h45 (30) aquabiking		10h30 (45) aquafitness		11h45 (30) aquabiking		10h30 (30) aquabiking
		11h30 (30) aquabiking				11h15 (45) aquafitness
12h30 (45) aquafitness	12h30 (30) aquabiking	12h30 (45) aquafitness	12h30 (30) aquabiking	12h30 (45) aquafitness	12h15 (30) aquabiking	
18h30 (45) bodypalm	18h00 (30) aquabiking	18h00 (30) aquabiking	18h00 (30) aquabiking	18h00 (45) aquafitness		
	18h30 (45) aquafusion	18h30 (45) aquafitness	18h30 (45) aquafitness	18h45 (30) aquabiking		
19h15 (45) aquafitness	19h15 (45) aquafitness	19h15 (1h) swimcross	19h15 (30) aquabiking	19h15 (45) bodypalm		
20h00 (30) aquabiking	20h00 (30) aquabiking		19h45 (45) aquafitness	20h00 (30) aquabiking		



intensités

COOL TONIC BOOST XTREM

activités Premium sur réservation SUR www.caseo-seine-eure.fr

Document non-contractuel, la direction se réserve la possibilité de changer les horaires en fonction des impératifs de fonctionnement. Merci de votre compréhension :)