

Piscine Isabelle JOUFFROY

310, avenue Elie Vignal

69300 Caluire et Cuire

Tél: 04 37 26 00 20

www.ville-caluire.fr

AQUABIKE

A partir du lundi 24 septembre 2018

Description de l'activité :

- Cours en musique, d'une durée de 35 minutes, destiné à un public mixte.
- Cours permettant de travailler sur l'ensemble du corps, en particuliers sur les membres inférieurs, avec des variations de rythmes et de postures.

Conseils pratiques :

- Prévoir un maillot de bain de sport,
- Prévoir des chaussons spécifiques à la pratique de l'aquabike.
- Prévoir une bouteille d'eau.

Durée de la séance :

- Séance de 35 à 40 minutes selon le temps d'installation

Modalités d'inscription:

- Les cours proposés sont des séances ponctuelles. Nous n'organisons pas d'inscription annuelle.
- Les réservations sont identiques à celles pratiquées pour les séances ponctuelles d'aquagym.

Par conséquent, les usagers devront réserver leur séance par téléphone, la veille du cours, à partir de 11 heures.

Les Horaires :

	Aquabike Tonique	SoftBiking
Lundi	13h00 – 13h45 18h00 – 18h45	11h15 – 12h00
Mardi	13h00 – 13h45 18h30 – 19h15	
Mercredi	12h15 – 13h00	11h00 – 11h45
Jeudi	19h15 – 20h00	
Vendredi	12h15 à 13h00 18h00 – 18h45	14h45 – 15h30

Le Tarif des cours (entrées + vélo) :

	Tarif séance (30 min)	Accès 10 séances	
Résident	12,00 €	100,00 €	
Non résident	14,00 €	120,00 €	

Le Tarif utilisation libre (entrées + location vélo) :

	Tarif séance (45 min)
Résident	7,20 €
Non résident	8,70 €