



Piscine Isabelle JOUFFROY

310, avenue Elie Vignal
69300 Caluire et Cuire
Tél : 04 37 26 00 20

www.ville-caluire.fr

AquaTraining

Du 19 septembre 2016 au 11 juin 2017

Descriptif des activités :

- Activité combinant des efforts de haute intensité cardio-respiratoire et musculaire.
- Les séances se présentent sous la forme de parcours ludiques dans l'eau et sur les plages.

Conseils pratiques :

- Les participants doivent être capables de nager.
- Le port d'un maillot de bain assurant un bon maintien de la poitrine et au niveau de la taille est nécessaire. Les lunettes de natation peuvent être confortables pour certains exercices.
- Prévoir une bouteille d'eau.

Public :

- Personne ayant une bonne condition physique, ou un passé de sportif.

Horaires :

Mercredi 12h15 à 13h00

Tarif résident		
	Annuel	Ponctuel
Plein tarif	220,00 €	8,80 €
Tarif réduit	192,00 €	7,60 €

Tarif non résident		
	Annuel	Ponctuel
Plein tarif	263,50 €	10,30 €
Tarif réduit	230,00 €	9,30 €