

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	DIMANCHE
9:00	AQUAGYM	AQUAFITNESS	NATATION	AQUAGYM		
9:50	TONIQUE	CIRCUIT TRAINING*	PERFECTIONNEMENT**	TONIQUE		
		NAGE AVEC PALMES**				
13:00		AQUAFITNESS			AQUAFITNESS	
13:50		CIRCUIT TRAINING			CIRCUIT CARDIO	
14:00	AQUAGYM	AQUAFITNESS	AQUAFITNESS	AQUAGYM	AQUAFITNESS	
14:50	TONIQUE	CIRCUIT TRAINING	CIRCUIT TRAINING	TONIQUE	CIRCUIT CARDIO	
15:00	AQUABIKE	AQUABIKE	AQUABIKE	AQUABIKE	AQUABIKE	AQUABIKE
15:40	AQUAJOGGER	AQUAJOGGER	AQUAJOGGER	AQUAJOGGER	AQUAJOGGER	AQUAJOGGER
16:00	AQUABIKE	AQUABIKE	AQUABIKE	AQUABIKE	AQUABIKE	AQUABIKE
16:40	AQUAJOGGER	AQUAJOGGER	AQUAJOGGER	AQUAJOGGER	AQUAJOGGER	AQUAJOGGER
17:00	AQUABIKE	AQUABIKE	AQUABIKE	AQUABIKE	AQUABIKE	AQUABIKE
17:40	AQUAJOGGER	AQUAJOGGER	AQUAJOGGER	AQUAJOGGER	AQUAJOGGER	AQUAJOGGER
18:00	AQUABIKE	AQUABIKE	AQUABIKE	AQUABIKE	AQUABIKE	AQUABIKE
18:40	AQUAJOGGER	AQUAJOGGER	AQUAJOGGER	AQUAJOGGER	AQUAJOGGER	AQUAJOGGER
19:00	AQUAFITNESS	AQUAFITNESS	AQUAFITNESS	AQUAFITNESS	AQUAFITNESS	
19:50	CIRCUIT CARDIO	CIRCUIT TRAINING	CIRCUIT TRAINING	CIRCUIT TRAINING	CIRCUIT CARDIO	

*de mars à avril & d'octobre à novembre / **de mai à septembre

INFOS PRATIQUES



- Certificat médical de non-contre indication.
- Toute annulation d'une séance doit s'effectuer par email.
- Accès autorisé à partir de 16 ans.
- Les cartes aquagym & aquabike sont nominatives, non cessibles, valables 1 an à partir de la date d'achat.
- Prévoir serviette & sandales propres (achat sur place possible)
- Short de plage interdit.

Et aussi; cours particuliers de natation pour enfants & adultes (apprentissage et perfectionnement).

Renseignements & tarifs auprès des maîtres-nageurs ou par téléphone au 06 02 50 32 78

Coaching - Sophrologie

Gestion du stress & des émotions, préparation mentale des sportifs.
Alexis LE DUC Sophrologue praticien, diplômé de l'école ISEBA Bordeaux.

SÉANCE INDIVIDUELLE	55€
SÉANCE COLLECTIVE (4 PERS. MIN)	16€ / PERS.
ABONNEMENT 10 SÉANCES COLLECTIVES	130€



Membre Carte Club Spa

Découvrez sur place les avantages de la carte club spa réservés aux abonnés aquagym 24, 36 et 48 séances, aquabike 12, 24 et 36 séances.



05 56 03 92 44



Route du Baganais
Lacanau Océan



vitalparc.com



spa@vitalparc.fr





VITALPARC
Hôtel & Spa
★★★★



Activités Aquafitness



TOUS
NIVEAUX



AQUAGYM AQUAFITNESS



CARTE DE 36 SÉANCES 489€ soit 13.58€ la séance
 CARTE DE 24 SÉANCES 369€ soit 15.38€ la séance
 CARTE DE 12 SÉANCES 210€ soit 17.50€ la séance
 SÉANCE INDIVIDUELLE 25€

AQUABIKE AQUAJOGGER



CARTE DE 36 SÉANCES 648€ soit 18€ la séance
 CARTE DE 24 SÉANCES 448€ soit 18.66€ la séance
 CARTE DE 12 SÉANCES 257€ soit 21.41€ la séance
 SÉANCE INDIVIDUELLE 33€



INCLUS 30mn d'accès à l'Univers
Sensoriel avant la séance de 19H /
après les séances de 9H, 13H & 14H.



INCLUS 30mn d'accès à l'Univers
Sensoriel avant les séances de 15H,
16H et 17H / avant la séance de 18H.