



AQUAⁱMM



PLANNING

ESPACE AQUATIQUE & ESPACE FORME

VACANCES SCOLAIRES
DU 08 JUILLET AU 31 AOÛT



COMMUNAUTÉ DE COMMUNES
moselle
et madon

VACANCES SCOLAIRES DU 08 JUILLET AU 31 AOÛT

ESPACE AQUATIQUE

LUNDI

- Aquabike doux : 9h15 – 10h
- Aquabike : 12h15 – 13h

MARDI

- Aquadouce : 9h15 – 10h
- Aquatonic : 12h15 – 13h

MERCREDI

- Aquadouce : 9h15 – 10h
- Aquatonic : 12h15 – 13h

JEUDI

- Aquadouce : 9h15 – 10h
- Aquatonic : 12h15 – 13h

VENDREDI

- Aquabike doux : 9h15 – 10h
- Aquabike : 12h15 – 13h

Aucun cours d'aquagym la semaine du 05 au 10 août

*Stage enfants du lundi au vendredi
renseignements à l'accueil
tel : 03 83 47 99 00*

ESPACE FORME

**UNIQUEMENT
DU 08 JUILLET AU 02 AOÛT**

LUNDI

- Pilates : 09h30 – 10h20 et 18h – 18h45
- Etirements /mobilité : 10h20 – 11h
- Renforcement musculaire : 17h30 – 18h

MARDI

- Circuit training : 12h15 – 13h
- Pilates : 17h – 17h45

MERCREDI

- Renforcement musculaire : 17h30 – 18h
- Pilates : 18h – 18h45

JEUDI

- Pilates : 10h30 – 11h20
- Etirements /mobilité : 11h20 – 12h

VENDREDI

- Pilates : 10h30 – 11h20
- Etirements /mobilité : 11h20 – 12h
- Circuit training : 12h15 – 13h

Yoga : mardi 09 et jeudi 11 juillet de 17h45 à 18h45

HORAIRES D'OUVERTURE

ESPACE AQUATIQUE

- Lundi, mercredi, et jeudi de 10h à 18h30
- Mardi et vendredi de 12h à 18h30
- Samedi de 9h à 12h30 et de 13h30 à 17h30
- Dimanche de 8h30 à 12h

Réservez et payez vos cours collectifs encadrés en ligne sur <https://aquamm.elisath.fr>
L'établissement fermera ses portes 30 min après l'évacuation des espaces et des bassins
Le centre aquatique est fermé les jours fériés (14 juillet et 15 août).

ESPACE BIEN-ETRE

- lundi, mardi, mercredi, jeudi vendredi de 10h à 18h30
- samedi de 9h à 12h30 et de 13h30 à 17h30
- dimanche de 8h30 à 12h

CARDIO

- Lundi, au vendredi de 10h à 18h30
- Samedi de 9h à 12h30 et de 13h30 à 17h30
- Dimanche de 8h30 à 12h

30 rue Abbé Muths
54230 Neuves-Maisons
Tél. 03 83 47 99 00

aquamm@cc-mosellemadon.fr
www.aquamm.fr
facebook.com/ccmosellemadon