

LUNDI

- | | |
|--------------------|--|
| 09:00-09:30 | Séance cardio & tonification au Village Sportif |
| 11:15-11:45 | Aqua fitness à la piscine principale |
| 11:30-12:30 | Cours de cuisine au restaurant Kot Nou* –
réservation préalable au desk des restaurants |
| 13:45-14:30 | Cours de musique traditionnelle sur la plage –
Lieu : Kiosque d'animation |
| 14:30-15:00 | Parcours bien-être* – Point de rendez-vous au
kiosque d'animation |
| 15:30-16:00 | Compétition de pétanque – Lieu : Kiosque
d'animation |
| 17:15-17:45 | Initiation à la danse séga mauricienne – Lieu :
Kiosque d'animation |
| 20:45-21:30 | Spectacle samba des îles la piste de danse du Pool
Bar |
| 21:30-22:45 | DJ sur la piste de danse du Pool Bar |
| 23:00-02:00 | Soirée disco à After (à partir de 16 ans) |

MARDI

- | | |
|--------------------|---|
| 09:00-09:30 | Séance d'étirements à la salle de sport |
| 11:30-12:00 | Activité Sac Tie-Dye |
| 14:30-15:00 | Défi domino – Lieu : Kiosque d'animation |
| 14:30-15:00 | Entraînement bootcamp au Village Sportif |
| 15:30-16:30 | Aqua-volley à la piscine enfants |
| 17:00-17:45 | Compétition de carrom – Lieu : Kiosque d'animation |
| 17:00-17:45 | Yoga au coucher du soleil sur la plage – Point de rendez-vous : Kiosque d'animation |
| 18:30-19:30 | Piano live au Balcony Bar |
| 20:45-22:45 | Musique en live par Eric Triton sur la piste de danse du Pool Bar |
| 23:00-02:00 | Soirée disco à After (à partir de 16 ans) |

MERCREDI

- 09:00 – 09:30** Entraînement bootcamp au Village Sportif
- 11:15-12:00** Danse fitness à la piscine principale
- 14:00-14:30** Atelier **DIY** – Lieu : Kiosque d'animation
- 14:30-15:15** Course de kayak le long de la rivière – Point de rendez-vous : Kiosque d'animation
- 14:30 -15:45** Entraînement bas du corps au Village Sportif
- 15:00 -15:45** Défi tirs au panier au Village Sportif
- 16:30-17:00** Balade découverte autour de l'hôtel – Point de rendez-vous : Kiosque d'animation
- 16:30-17:00** Séance de renforcement abdominal au Village Sportif
- 20:45–22:45** Musique en Live sur la piste de danse du Pool Bar
- 23:00– 02:00** Soirée disco à After (à partir de 16 ans)

JEUDI

- | | |
|--------------------|--|
| 09:00-09:30 | Séance d'étirements au Village Sportif |
| 11:15-11:45 | Aqua fun à la piscine principale |
| 14:30-15:00 | Démonstration d'instruments mauriciens sur la plage – Lieu : Kiosque d'animation |
| 14:30-15:00 | Entraînement du haut du corps au Village Sportif |
| 15:30-16:00 | Jeux traditionnels mauriciens – Point de rendez-vous : Kiosque d'animation |
| 16:30-17:00 | Entraînement en circuit au Village Sportif |
| 17:00-17:45 | Beach-volley – Lieu : Kiosque d'animation |
| 21:00-22:45 | Spectacle de sega sur la piste de danse |
| 23:00-02:00 | Soirée disco à After (à partir de 16 ans) |

VENDREDI

09:00-09:30	Entraînement cardio au Village Sportif
11:15-12:00	Défi coups francs sur la plage – Lieu : Kiosque d'animation
11:30-12:30	Cours de cuisine au restaurant Kot Nou* – réservation préalable au desk des restaurants
13:30-14:30	Tournoi de carrom sur la plage – Lieu : Kiosque d'animation
14:30-15:00	Entraînement au poids du corps au Village Sportif
15:00-15:45	Atelier de création de rangoli sur la piste de danse du Pool Bar
16:30-17:00	Entraînement bas du corps au Village Sportif
16:30-17:30	Tennis de plage – Lieu : Kiosque d'animation
17:15-17:45	Tai-chi au bord de la rivière – Point de rendez-vous : Kiosque d'animation
18:30-19:30	Piano live au Balcony Bar
20:45-22:45	Live band sur la piste de danse du Pool Bar
23:00– 02:00	Soirée disco à After (à partir de 16 ans)

SAMEDI

- | | |
|---------------------|---|
| 09:00-09:30 | Séance cardio & tonification au Village Sportif |
| 11:15-11:45 | Aqua dance à la piscine principale |
| 13:30-14:00 | Concours de sculptures de sable – Lieu :
Kiosque d'animation |
| 14:00-14:45 | Course de kayak le long de la rivière – Point de
rendez-vous : Kiosque d'animation |
| 14:30-15:00 | Entraînement en circuit au Village Sportif |
| 16:00-17:00 | Cours de créole – Point de rendez-vous :
Kiosque d'animation |
| 16:30-17:00 | Entraînement cardio intensif au Village Sportif |
| 17:00-17:45 | Volleyball au coucher du soleil – Lieu : Kiosque
d'animation |
| 20:45-21:30 | Spectacle multiculturel sur la piste de danse du
Pool Bar |
| 21:30-22:45 | DJ sur la piste de danse du Pool Bar |
| 23:00- 02:00 | Soirée disco à After (à partir de 16 ans) |

DIMANCHE

- 09:00-09:30** Séance d'étirements au Village Sportif
- 11:30-12:30** Atelier d'artisanat des îles : créez votre propre pirogue – Lieu : Kiosque d'animation
- 14:30-15:00** Défi domino – Lieu : Kiosque d'animation
- 14:30-15:00** Entraînement bootcamp au Village Sportif
- 15:30-16:30** Aqua-volley à la piscine enfants
- 16:30-17:00** Entraînement abdominal au Village Sportif
- 17:00-17:30** Défi pêche à la bouteille – Point de rendez-vous : Kiosque d'animation
- 18:30-19:30** Piano live au Balcony Bar
- 21:00-22:45** Live sur la piste de danse du Pool Bar
- 23:00- 02:00** Soirée disco à After (à partir de 16 ans)