

PROGRAMME DES ACTIVITÉS SPORTIVES

Veuillez noter que toutes les activités doivent être réservées au moins 24 heures à l'avance, au Sports Village entre 08h00 et 19h30.

Les activités en extérieur dépendent des conditions météorologiques et peuvent être reportées ou annulées à court préavis. Merci de vous renseigner à la réception pour toute mise à jour.

** Des frais supplémentaires s'appliquent.
Des conditions et suppléments peuvent s'appliquer selon votre forfait.

LUNDI

Heure	Activité	Lieu
08h00	Yoga	Riviera
11h15	Pilates	Riviera
11h15	Aqua Gym	Piscine principale
11h15	Renforcement musculaire	Sports Village
16h00	Entraînement du jour	Sports Village
17h00	Étirements et récupération	Sports Village
17h00	Tennis en groupe	Boathouse

Veuillez noter que toutes les activités doivent être réservées au moins 24h à l'avance, au Sports Village.

**** Des frais supplémentaires s'appliquent.**

MARDI

Heure	Activité	Lieu
08h00	Bain sonore	Riviera
08h00	Abdos	Sports Village
09h30	Yoga Vinyasa Flow	Riviera
11h00	Abdos	Sports Village
15h00	Boxfitness	Sports Village
16h00	Renforcement musculaire	Sports Village
17h00	Padel tennis en groupe	Sports Village

Veuillez noter que toutes les activités doivent être réservées au moins 24h à l'avance, au Sports Village.

** **Des frais supplémentaires s'appliquent.**

MERCREDI

Heure	Activité	Lieu
08h00	Techniques de course	Sports Village
09h30	Yoga	Riviera
11h15	Aqua Gym	Piscine principale
11h15	Renforcement musculaire	Sports Village
11h15	Pilates	Riviera
16h00	Entraînement du jour	Sports Village
17h00	Étirements et récupération	Boathouse
17h00	Pickleball en groupe	Sports Village

Veuillez noter que toutes les activités doivent être réservées au moins 24h à l'avance, au Sports Village.

**** Des frais supplémentaires s'appliquent.**

JEUDI

Heure	Activité	Lieu
08h00	Bain sonore	Riviera
08h00	Course conviviale	Sports Village
11h15	Pilates	Riviera
15h00	Renforcement musculaire	Sports Village
16h00	Abdos	Sports Village
17h00	Tennis en groupe	Boathouse
17h15	Tai Chi	Plage

Veuillez noter que toutes les activités doivent être réservées au moins 24h à l'avance, au Sports Village.

** Des frais supplémentaires s'appliquent.

VENDREDI

Heure	Activité	Lieu
08h00	Pilates	Riviera
09h30	Yoga	Riviera
11h15	Aqua Gym	Piscine principale
15h00	Entraînement du jour	Sports Village
17h00	Étirements et récupération	Boathouse
17h00	Pickleball en groupe	Sports Village

Veuillez noter que toutes les activités doivent être réservées au moins 24h à l'avance, au Sports Village.

**** Des frais supplémentaires s'appliquent.**

SAMEDI

Heure	Activité	Lieu
08h00	Bain sonore	Riviera
09h30	Yoga Vinyasa Flow	Riviera
11h15	Boxe fitness	Sports Village
11h15	Aqua Gym	Piscine principale
15h00	Abdos	Sports Village
16h00	Entraînement du jour	Boathouse
17h00	Padel Tennis en groupe	Sports Village

Veuillez noter que toutes les activités doivent être réservées au moins 24h à l'avance, au Sports Village.

**** Des frais supplémentaires s'appliquent.**

DIMANCHE

Heure	Activité	Lieu
08h00	Course fractionnée	Sports Village
11h15	Yoga Vinyasa Flow	Riviera
15h00	Renforcement musculaire	Sports Village
16h00	Bain sonore	Riviera
17h00	Étirements et récupération	Boathouse
17h00	Pickleball en groupe	Sports Village

Veuillez noter que toutes les activités doivent être réservées au moins 24h à l'avance, au Sports Village.

**** Des frais supplémentaires s'appliquent.**