

Infos...



Découvrez sans engagement la méthode exclusive de

GYMNASTIQUE AQUATIQUE

LA FORME DANS L'EAU

Sculpte rapidement et efficacement son corps.
Pour hommes et femmes

Aussi Aquacycling ... Voir notre site Web
www.aquabuilding.ch

Lieux

Jours et heures

HAUTERIVE
Centre Sportif

Mardi 15h30 et 16h15
Mercredi 19h 00
Jeudi 13h30 et 14h 10
Jeudi 20h00

BOUDRY
Collège Vauvillier

Vendredi 12h00 et 12h40

LA NEUVEVILLE
Scout Malgré Tout

Mardi 19h00 et 19h40
Mercredi 10h15 et 10h55

GENEVEYS SUR
COFFRANE
Centre Sportif

Lundi 19h30 et 20h10
Mercredi 8h10 et 8h50

GORGIER
Collège des Cerisiers
eau profonde, aquatonic

Lundi 18h05 et 18h45

LA CHAUX-DE-FONDS
Piscine Numa-Droz

Lundi 11h50 et 12h40 Cycling
Mardi 12h00 et 12h40
Mercredi 11h45 Cycling
Samedi 08h15 et 09h05 Cycling

St Imier
Centre sportif

Mercredi 19h15
Jeudi 17h10

Notre équipe de moniteurs qualifiés vous enseigneront à conjuguer l'effort avec le plaisir, sans courbature, pendant 40 minutes.

- L'eau s'adapte à chacun.
- L'eau muscle rapidement.
- L'eau assouplit les articulations.
- L'eau développe les capacités physiques.
- L'eau combat le stress, masse et draine.

PARTICIPATION PAR CERTAINES ASSURANCES MALADIE COMPLEMENTAIRES

Renseignements: Jean-Claude Schwab
079 795 74 85 - jean.claude@aquabuilding.ch
Rouges-Terres 11b 2068 Hauterive

Site web: www.aquabuilding.ch