



# CENTRE AQUASPORTIF DES SAISIES



Tout l'hiver, profitez des activités au Signal !  
Semaine du 26 février au 4 mars



Nombre de places limité. Réservation à l'accueil du Signal ou en ligne sur  
<http://reservation.signal-lessaisies.com>

## AQUATIQUE

	SAMEDI	DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
10h - 10h30		JARDIN AQUATIQUE			JARDIN AQUATIQUE		
10h45 - 11h30	AQUATRaining	AQUADANCE	AQUAGYM	AQUABIKE	AQUAGYM	AQUABIKE	AQUAGYM
15h15 - 16h00	AQUAGYM	AQUAGYM	AQUABIKE	AQUATRaining	AQUAGYM	AQUAGYM	AQUABOXING
17h30 - 18h15	AQUABIKE	AQUABIKE	AQUATONIC	AQUATONIC	AQUABIKE	AQUADANCE	AQUATONIC

Bike libre-service : 3€/30 minutes.

Pour toutes les activités : s'acquitter d'un droit d'entrée et s'inscrire à l'accueil  
Cours inclus dans tous les abonnements.

Accès autorisé aux personnes de 16 ans et +. Autorisation parentale pour les mineurs.

Jardin aquatique : 15€ le binôme parent / enfant de 1 an à 4 ans, rdv à 9h45 devant le Signal, inscription obligatoire.

## FITNESS

	SAMEDI	DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
10h15 - 11h	STRETCHING	PILATE	PILATE	CROSS TRAINING	PILATE	CARDIO TRAINING	RENFO MUSCULAIRE
17h - 17h45			PILATE		PILATE		
18h - 18h45			CROSS TRAINING	CAF	CROSS TRAINING	CAF	STRETCHING

Tarif à partir de 13€ (accès salle musculation compris). Accès autorisé aux personnes de 16 ans et +.  
Autorisation parentale

## SALLE MULTIACTIVITES

Tous les jours de 10h à 18h45 sur réservation :  
- Courts de badminton et table de ping-pong -> Possibilité de location de raquettes  
- Escalade -> prévoir matériel (hors initiation)  
Tenue de sport obligatoire.

**LE SIGNAL**  
CENTRE AQUASPORTIF DES SAISIES



149, ROUTE DU COL LES SAISIES 73 620 HAUTELUCE

TÉL : +33 [0]4 79 31 43 48

WWW.SIGNAL-LESSAISIES.COM