

# SOIRÉE SPÉCIALE CIRCUIT CARDIO AQUA TRAINING



**VENDREDI 9 NOVEMBRE 2018**

**19H A 20H30**

**TARIF : 10 €**



ne pas jeter sur la voie publique

Pensez à prendre:

- ✓ Claquettes
  - ✓ Palmes
  - ✓ Maillot
  - ✓ Serviettes
- VOTRE BONNE  
HUMEUR**

*Réservations et  
Inscriptions  
uniquement par  
téléphone:  
04 75 36 38 80*

**PISCINE PUBLIQUE  
INTERCOMMUNALE**

**LA PERLE D'EAU**

Quartier la Raze  
07230 LABLACHERE

04 75 36 38 80

[www.laperledeau.fr](http://www.laperledeau.fr)

# ENEZ NOMBREUX

TESTEZ VOS COMPÉTENCES SPORTIVES  
AVEC UN CIRCUIT TRAINING  
OUVERT A TOUS à partir de 16 ans!

Animé par nos éducateurs sportifs diplômés d'Etat

«3 X 20 MINUTES»

AQUA BIKE  
NATATION PALMES  
RENFORCEMENT MUSCULAIRE

POUR TERMINER LA SOIREE

YOGA (sur réservation) ou accès au SPA

Nombre de places limitées!

Pensez à réserver avant le 2 novembre 2018!



## MAITRES-NAGEURS

CAROLE  
CECILIA  
PHILIPPE  
JEAN-PHILIPPE  
GRÉGORY