

## FORME

Sur les conseils de nos coachs certifiés, atteignez vos objectifs à votre rythme. Affinez votre silhouette, vitalisez votre corps et dépensez-vous. A vous de choisir vos activités !

### AQUAGYM

Profitez de programmes adaptés à toutes et à tous pour travailler en douceur cuisses, abdos, fessiers...

**30 MINUTES**

sans réservation  
sans supplément tarifaire

### AQUABIKE & AQUATRaining

Tonifiez et sculptez votre corps grâce à des programmes adaptés, encadrés par nos coachs.

**45 MINUTES**

sur réservation  
activité payante

### NOUVEAU AQUA PILATES

Travaillez votre respiration, votre posture et vos muscles profonds pour réconcilier corps et esprit.

**30 MINUTES**

sur réservation  
activité payante



## DÉTENTE

Des moments de relaxation uniques pour un délassement du corps et un apaisement de l'esprit. Profitez-en, ces activités vous sont offertes pour toute entrée.

### RITUEL SAUNA

Des huiles essentielles, un brassage tonique de la chaleur suivi d'un gommage : découvrez les bienfaits de ce rituel traditionnel.

**20 MINUTES**

sans réservation  
sans supplément tarifaire

### NOUVEAU RITUEL HAMMAM

Prolongez les bienfaits de votre séance avec un gommage.

**20 MINUTES**

sans réservation  
sans supplément tarifaire

### NOUVEAU SIESTE MUSICALE

Allongé dans l'eau chaude, laissez-vous bercer par de douces musiques diffusées dans l'eau ! Une expérience unique.

**30 MINUTES**

sans réservation  
sans supplément tarifaire



## PLANNING FORME<sup>(1)</sup>

2019-20

	LUN.	MAR.	MER.	JEU.	VEN.	SAM.	DIM.
10h30							
11h30							
12h30							
15h00							
17h00							
18h00							
19h00							
19h45							

## PLANNING DÉTENTE<sup>(1)</sup>

2019-20

	LUN.	MAR.	MER.	JEU.	VEN.	SAM.	DIM.
12h05							
12h30							
15h35							
17h00							
19h00							

## TARIFS DES SÉANCES

AQUABIKE, AQUATRaining ET AQUA PILATES<sup>(2)</sup>

13 €

la séance  
découverte

57€<sup>50</sup>  
au lieu de 65 €

l'abonnement  
5 séances

110 €  
au lieu de 130 €

l'abonnement  
10 séances

210 €  
au lieu de 260 €

l'abonnement  
20 séances

(1) Calicéo se réserve le droit de modifier ses plannings tant dans ses horaires que dans la répartition de ses activités. Cela n'engendrera aucun remboursement ou compensation. Activité dans la limite des places disponibles. Planning valable du 19 septembre 2019 au 5 juillet 2020.

(2) Autorisé à partir de 17 ans. Une séance comprend un cours de 30 min. ou de 45 min. et 30 min. de temps de douche et de vestiaire.

Prix constatés au 1er septembre 2019 et pouvant être révisés à tout moment.