

## AQUACTIVITÉS

### **BEBE NAGEUR**

Bébé jusqu'à 24 mois

Familiarisation du milieu aquatique

Cours dirigé avec un parent

Horaires : du lundi au jeudi, de 9h00 à 12h00 | Tarif : 70€ le cours (30 min)

### **AISANCE AQUATIQUE**

Enfants à partir de 3 ans

Etre en sécurité dans l'eau

Se déplacer d'un point A à un point B

Horaires : le mercredi, de 9h à 16h et du lundi au jeudi en vacances scolaires

Tarif : 70€ le cours (30 min)

### **APPRENTISSAGE ET/OU PERFECTIONNEMENT DE LA NATATION**

Tous niveaux enfants à partir de 5 ans et adultes

Horaires – adultes : tous les jours, sur réservation

Horaires – enfants : le mercredi, de 9h à 16h et du lundi au jeudi en vacances

Tarifs : 70€ le cours de 30 min | 110€ le cours de 60 min

### **AQUAPHOBIE**

Maîtriser sa peur de l'eau

Tout âge enfant et adulte

Horaires – adultes : tous les jours, sur réservation

Horaires – enfants : le mercredi, de 9h à 16h et du lundi au jeudi en vacances

Tarifs : 70€ le cours de 30 min | 110€ le cours de 60 min

### **RÉVEIL AQUATIQUE - Drainage**

30 minutes de training aquabike & palmes

30 minutes de massage hydrojet

Horaires : tous les jours, le matin, de 9h à 12h ou sur demande

Tarif : 160€ la séance

### **HIT – Intensité cardio**

30 minutes de training intensif aquabike, palmes & aquagym

30 minutes de massage hydrojet

Horaires : tous les jours, sur rendez-vous

Tarif : 160€ la séance

### **SILHOUETTE - Renforcement musculaire**

45 minutes circuit training aquagym

15 minutes de massage hydrojet

Horaires : tous les jours, sur rendez-vous

Tarif : 160€ la séance

C  
O  
U  
R  
S

T  
R  
A  
I  
N  
I  
N  
G

Prix publics

Remise membres DB Club -15%

46, avenue George V, 75008 Paris

01 40 69 60 70

spa-fouquetsparis@groupebarriere.com