



AQUAGYM été 2020

du lundi 29 juin au vendredi 28 aout 2020

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
	AQUAGYM 9h - 10h MATTHIEU	AQUAGYM PLAGE 9h - 10h	AQUAGYM 9h - 10h MATTHIEU		
AQUAGYM 19h45 - 20h30 OLIVIER		AQUAGYM 19h45 - 20h30 OLIVIER		AQUAGYM 19h45 - 20h30 OLIVIER	
AQUAPALMES 20h - 21h MATTHIEU		AQUAPALMES 20h - 21h MATTHIEU		AQUAPALMES 20h - 21h MATTHIEU	

AQUAGYM PLAGE : sur la plage du Ponteil
AQUAGYM : exercices de renforcement musculaire et cardio-vasculaires d'intensité modérée
AQUA PALMES : séance cardio basée sur la natation avec les palmes, en grande profondeur.

PIECES A FOURNIR POUR INSCRIPTION

à télécharger sur notre site internet

- ✓ Fiche "Licence 2019-20"
- ✓ "Fiche de renseignements "
- ✓ Un certificat médical de moins de 3 mois obligatoire dès la 1ère séance
- ✓ Une photo d'identité
- ✓ Photocopie d'un justificatif CE (si affiliation CE mairie, hopital, pompiers)

TARIFS

- ✓ Carte de 16 séances :
212 € (licence comprise)
190 € pour les C.E.
(mairie Antibes, Pompiers Antibes, La fontonne)
- ✓ Carte de 8 séances :
120 € (licence comprise)

INFORMATIONS

- ✓ la carte est nominative et non remboursable
- ✓ âge minimum 16 ans
- ✓ validité des cartes du 16/09/19 au 15/09/20
- ✓ **site : www.cnantibes.com - Tel : 04 93 74 85 29**