

# ACTIVITÉS

L'équipe de la piscine La Planchette vous propose des cours de natation, d'apprentissage ou de perfectionnement pour enfants et adultes, ainsi que des activités d'Aqua fitness en extérieur :

**Aqua Forme** : cardio & renforcement musculaire en circuit.

**Aqua Santé** : remise en forme, équilibre & coordination.

**Aqua Loisir Jeunesse** : mélange de natation, jeux & découverts aquatiques.

**Cours de natation** : pour enfant et adulte, du débutant au perfectionnement. Parents et enfants, prenez les cours adaptés sur un même créneau (cours Famille).

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
<b>12:15</b>	Ouverture au public	<b>10:15</b> Cours de natation Adulte	<b>10:00</b> Cours de natation Famille	<b>8:00</b> Aqua Forme	<b>8:00</b> Aqua Forme	<b>9:00</b> Aqua Forme
<b>13:30</b>	Fermeture au public		<b>11:00</b> Ouverture au public	<b>12:15</b> Aqua Forme	<b>10:15</b> Aqua Forme	<b>10:00</b> Cours de natation Adulte
<b>16:15</b>	Aqua Santé	<b>16:15</b> Aqua Santé	<b>14:15</b> Cours de natation Enfants	<b>16:15</b> Aqua Santé	<b>16:15</b> Aqua Santé	<b>11:00</b> Cours de natation Enfants
<b>17:00</b>	Ouverture au Public	<b>17:00</b> Ouverture au Public	<b>15:15</b> Cours de natation Enfants	<b>17:00</b> Ouverture au Public	<b>17:00</b> Ouverture au Public	<b>14:00</b> Ouverture au Public
<b>19:00</b>	Fermeture	<b>19:00</b> Fermeture	<b>18:15</b> Fermeture au public	<b>19:00</b> Fermeture	<b>19:00</b> Fermeture	<b>18:00</b> Fermeture
			<b>18:15</b> Aqua Loisir Jeunesse			

**LA PLANCHETTE**

Rue de Plumaugat, 22250 Broons

09 70 21 22 41

[www.dinan-agglomeration.fr](http://www.dinan-agglomeration.fr)

**DINAN**  
AGGLOMÉRATION