

# ACTIVITÉS

L'équipe de la piscine La Planchette vous propose des cours de natation, d'apprentissage ou de perfectionnement pour enfant et adulte, 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	
12:15	Ouverture au public	10:15	Cours de natation Adulte	10:00	Cours de natation Famille	12:15	Aqua Forme	10:15	Aqua Forme	9:00	Aqua Forme
13:30	Fermeture au public	16:15	Aqua Santé	11:00	Ouverture au public	16:15	Aqua Santé	11:00	Ouverture au public	10:00	Cours de natation Adulte
16:15	Aqua Santé	17:00	Ouverture au public	14:15	Cours de natation Enfant	17:00	Ouverture au public	13:30	Fermeture au public	11:00	Cours de natation Enfant
17:00	Ouverture au public	19:00	Fermeture	15:15	Cours de natation Enfant	19:00	Fermeture	16:15	Aqua Santé	14:00	Ouverture au public
19:00	Fermeture au public	19:00	Aqua Forme	18:15	Fermeture au public	19:00	Cours de natation Adulte	17:00	Ouverture au public	18:00	Fermeture
19:00	Cours de natation Adulte			18:15	Aqua Forme			19:00	Fermeture		

**LA PLANCHETTE**

Rue de Plumaugat, 22250 Broons

09 70 21 22 41

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

**DINAN**  
AGGLOMÉRATION