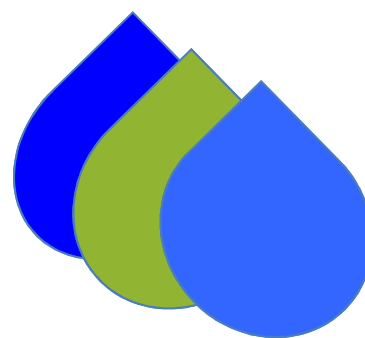


VO₂max

Votre Centre
AQUAFIT & FITNESS



| | | | |
|-----------------|--|--|----------------------------------|
| Lundi | 9h45-10h30 12h30-13h15 | AquaGym 1,20m AquaFit | Miriam Brigitte |
| Mardi | 9h45-10h30 12h30-13h15 18h00-18h45 | AquaGym 1,20 AquaFit AquaGym 1,20m | Rémi Rémi Fabienne |
| Mercredi | 9h45-10h30 18h45-19h30 | Aquafit AquaFit | Miriam Laura/Anne-Lise |
| Jeudi | 9h00 – 9h45 9h45 – 10h30 18h30-19h15 | AquaFit AquaGym 1,20m AquaFit | Brigitte Brigitte Brigitte |
| Vendredi | 9h45-10h30 12h30-13h15 | AquaGym 1,20m AquaFit | Gaudy Rémi |
| Samedi | 10h15-11h00 | AquaFit | Brigitte/Selma |



| | | | |
|-----------------|---|--|--|
| Lundi | 9h00-10h00 10h00-11h00 18h30-19h30 19h30-20h30 | Gymstick Power-yoga Interval training Pilates | Brigitte Brigitte Selma Selma |
| Mardi | 9h00-10h30 9h00-10h15 10h15-11h15 17h40-18h40 18h45-20h00 | Nordic Walking Total Sculpt Gym douce Dos-Stretch Pump | Miriam Brigitte Brigitte Brigitte Laura |
| Mercredi | 9h00-10h00 10h00-11.00h 12h30-13h20 17h15-18h30 18h30-19h30 | Dos-Stretch Dos-Stretch Interval training MLC © Stretching | Brigitte Brigitte Rémi Anne-Lise Brigitte |
| Jeudi | 09h00 -10h00 10h00-11h00 12h30-13h20 17h30-18h30 18h30-19h30 19h30-30h30 | CAF Pilates Total Sculpt Latino CAF Power yoga | Adrienne Adrienne Adrienne Gaudy Gaudy Brigitte |
| Vendredi | 09h00-10h00 10h00-11h00 18h00-19h00 | interval training Pilates Zumba | Rémi Rémi Gaudy |

Renseignements et Contact

WWW.vo2max.ch

Responsable du centre
Brigitte Urech

Wellness Trainer et personal Trainer / Tél: 079 383 58 88
info@vo2max.ch

| Prix TVA incluse: | AVS/étudiant | |
|---|--------------|--------|
| 1 cours | 16.50 | 15.00 |
| Carte 12 Entrées | 168.00 | 150.00 |
| Abonnement Général 3 mois Cours illimités, musculation, piscine | 280.00 | 260.00 |
| Abonnement Général 6 mois Cours illimités, musculation, piscine | 455.00 | 430.00 |
| Abonnement Général 12 mois Cours illimités, musculation, piscine | 770.00 | 735.00 |

Cartes 12 entrées valable sur 1 année. Transmissibles
Dépôt de l'abonnement en cas de maladie ou accident justifié par certificat médical reconnu.
Durée minimale de dépôt: 30 jours (à la caisse de la piscine)

VO₂max

Centre AQUAFIT & FITNESS

Accès: Piscine de la Maladaire – Clarens **Parking:** de la piscine
Bus: Arrêt La Maladaire Train: Station Burier