

## HORAIRES COURS ADULTES 2018-2019

### AQUA CENTER QUINOT (Nivelles)

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
						11h30-12h15 AQUA BIKING ★★★
	12h00-12h45 AQUA SENIORS ★★★					

15h15-16h00 AQUA SENIORS ★★★	15h15-16h00 AQUA SENIORS ★★★		15h15-16h00 AQUA SENIORS ★★★			
------------------------------------	------------------------------------	--	------------------------------------	--	--	--

		18h05-18h50 AQUAGYM ★★★				18h00-18h45 AQUA BIKING ★★★
19h00-19h45 AQUA BIKING ★★★	18h45-19h30 AQUAGYM ★★★	18h50-19h35 AQUAGYM ★★★	18h45-19h30 AQUA BIKING ★★★			18h45-19h30 AQUA BIKING ★★★
19h45-20h30 AQUA BIKING ★★★	19h30-20h15 AQUA SILHOUETTE ★★★	19h35-20h20 AQUA SILHOUETTE ★★★	19h45-20h30 AQUA RYTHM TRAINING ★★★	19h45-20h30 AQUA SILHOUETTE ★★★		
20h40-21h20 AQUA MIX TRAINING ★★★	20h30-21h15 AQUA PADDLE ★★★★	20h30-21h15 AQUA MIX TRAINING ★★★	20h45-21h30 AQUA BIKING ★★★	20h45-21h30 AQUA BIKING ★★★		

*Si aucun horaire ne vous convient, n'hésitez pas à nous contacter pour voir si nous pouvons ouvrir de nouvelles plages horaires*

#### INTENSITE

- ★★★ : doux
- ★★★ : moyen
- ★★★ : intense
- ★★★★ : très intense

010/45.93.00

[www.promo-sport.be](http://www.promo-sport.be)

## TARIFS BRABANT WALLON : septembre 2018 - juin 2019 entre 34 et 36 séances (selon les jours)

### FREQUENCE : 1x/semaine

	Semestre 1 (sept-dec)	Semestre 2 (janv-juin)	à l'année (sept-juin)
<b>CATEGORIE 1</b> Aqua cross training Aqua gym Aqua seniors Aqua silhouette Aqua rythm training	<i>12,5€/cours</i>		<i>10% de réduction</i>
	<b>175 € *</b>	<b>262,5 € *</b>	<b>394 € *</b> à payer en 1x en sept
<b>CATEGORIE 2</b> Aqua biking Aqua mix training Aqua paddle	<i>14€/cours</i>		<i>10% de réduction</i>
	<b>196 € *</b>	<b>294 € *</b>	<b>441 € *</b> à payer en 1x en sept
<b>CATEGORIE 3</b> Natation adultes	100 € (pack de 5 séances)		

### FREQUENCE : 2x/semaine

	Semestre 1 (sept-dec)	Semestre 2 (janv-juin)	à l'année (sept-juin)
<b>CATEGORIE 1</b> Aqua cross training Aqua gym Aqua seniors Aqua silhouette Aqua rythm training	<i>11€/cours</i>		<i>10% de réduction</i>
	<b>308 €</b> (basé sur 28 séances)	<b>462 €</b> (basé sur 42 séances)	<b>693 €</b> à payer en 1x en sept
<b>CATEGORIE 2</b> Aqua biking Aqua mix training Aqua paddle			

### FREQUENCE : 3X/semaine

	Semestre 1 (sept-dec)	Semestre 2 (janv-juin)	à l'année (sept-juin)
<b>Toutes les catégories</b>	<i>9€/cours</i>		<i>15% de réduction</i>
	<b>378 €</b> (basé sur 42 séances)	<b>567 €</b> (basé sur 63 séances)	<b>803€</b> à payer en 1x en sept

\* tarif variant selon le nombre de séances en fonction du jour choisi