

PLANNING DES SÉANCES

Cœur d'O - Bressuire

	PÉRIODE SCOLAIRE	VACANCES SCOLAIRES
LUNDI	12h30 - 13h15 Aquabike 13h45 - 14h30 Aquabike 15h - 15h45 Aquafitness 18h - 18h45 Aquatraining 19h15 - 20h Aquabike	12h30 - 13h15 Aquabike 13h45 - 14h30 Aquabike 19h15 - 20h Aquabike
MARDI	12h - 12h45 DeepAqua 12h15 - 13h Aquafitness 13h45 - 14h30 Aquabike 15h - 15h45 Aquadouce 16h - 16h45 Aquasanté 18h - 18h45 Aquabike	12h - 12h45 DeepAqua 12h15 - 13h Aquafitness 13h45 - 14h30 Aquabike
MERCREDI	10h - 10h45 Aquabike 11h15 - 12h Aquafitness 18h - 18h45 Aquafitness 19h15 - 20h Aquabike 20h15 - 21h Aquabike	10h - 10h45 Aquabike 11h15 - 12h Aquafitness 19h15 - 20h Aquabike 20h15 - 21h Aquabike
JEUDI	12h15 - 13h Aquabike 15h - 15h45 Aquasanté 16h - 16h45 Aquadouce 17h15 - 18h Aquatraining 18h30 - 19h15 Aquabike 19h45 - 20h30 Aquafitness	12h15 - 13h Aquabike 13h15 - 14h Aquasanté 19h - 19h45 Aquabike 20h15 - 21h Aquafitness
VENDREDI	10h - 10h45 Aquabike 11h15 - 12h Aquafitness 14h15 - 15h Aquafitness	14h15 - 15h Aquafitness
FERMETURES EXCEPTIONNELLES les 2 et 3 septembre 2026, du 21 décembre 2026 au 3 janvier 2027 et du 28 juin au 4 juillet 2027		

VACANCES SCOLAIRES

Toussaint : du samedi 17/10/26 au lundi 02/11/26
 Noël : du samedi 19/12/26 au lundi 04/01/27
 Hiver : du samedi 13/02/27 au lundi 01/03/27
 Printemps : du samedi 10/04/27 au lundi 26/04/27
 Ascension : du jeudi 06/05/27 au lundi 10/05/27

Aquadel - Perizay

	PÉRIODE SCOLAIRE	VACANCES SCOLAIRES
LUNDI	16h15 - 17h Aquasanté 17h30 - 18h15 Aquafitness 18h30 - 19h15 Aquatraining	19h15 - 20h Aquatraining
MARDI	11h30 - 12h15 Aquadouce 16h - 16h45 Aquasanté 19h15 - 20h Aquabike	11h45 - 12h30 Aquadouce 19h15 - 20h Aquabike
MERCREDI	11h15 - 12h Aquadouce 19h15 - 20h Aquafitness	9h - 9h45 Aquasanté 11h45 - 12h30 Aquadouce 19h15 - 20h Aquafitness
JEUDI	11h30 - 12h15 Aquadouce 19h - 19h45 Aquafitness	11h45 - 12h30 Aquadouce 19h - 19h45 Aquafitness
VENDREDI	11h30 - 12h15 Aquafitness	Aucun cours programmé
SAMEDI	9h30 - 10h15 Aquabike	9h30 - 10h15 Aquabike
FERMETURES EXCEPTIONNELLES du 31 août au 13 septembre 2026 et du 1 ^{er} au 7 mars 2027		

LES ACTIVITÉS AQUAFORME

> Près de 40 cours dispensés chaque semaine par des coaches diplômés et certifiés.

Aquadouce : C'est une solution douce et efficace pour entretenir votre corps et votre mobilité. Activité recommandée aux séniors, femmes enceintes, dans le cadre d'une rééducation...

Aquatraining : Avec un enchaînement d'ateliers, au rythme de la musique, vous travaillerez tous les groupes musculaires.

Aquabike : Cette activité consiste à pédaler sur un vélo immergé, au rythme de la musique.

Aquafitness : Séance à dominante cardio-vasculaire en alternant des séries cardio et du renforcement musculaire sur de la musique rythmée et en bassin ludique.

Deep Aqua : Activité en grande profondeur, qui consiste à enchaîner des mouvements variés dans l'eau, sur le rythme de la musique.

Aquasanté : Séance de faible intensité où les exercices sont adaptés et prennent en compte les principaux problèmes de santé.

Afin de garantir un accompagnement adapté aux difficultés de santé, un diagnostic individuel gratuit doit être réalisé par notre partenaire **PEPS (Prescription d'Exercice Physique pour la Santé)**.
 Prenez rendez-vous : 06 78 50 72 23 - coordo79_nord@peps-na.fr



INFOS PRATIQUES

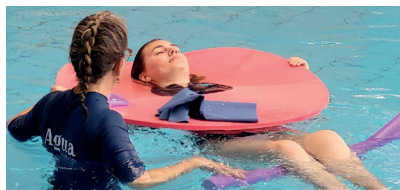
- Réservation des séances en ligne, rubrique "activités", par téléphone ou à l'accueil de votre centre aquatique.
- Toute séance réservée sera déduite, merci de vous désinscrire en cas d'imprévu.
- Des modifications de dates, d'horaires, ou l'annulation d'une activité peuvent arriver, consultez le site internet.
- Une séance test gratuite

À partir de 220€,
paiement en 3 fois sans frais
(uniquement en ligne)

TARIF AQUAFORME	TARIF UNITAIRE
SÉANCE UNITAIRE	11 €
12 SÉANCES	110 €
25 SÉANCES	220 €
50 SÉANCES	350 €
100 SÉANCES	600 €

DÉCOUVREZ LES ACTIVITÉS BIEN-ÊTRE

Agua-sophro · Yoga paddle · Sauna · Hammam
Préparation à l'accouchement



Pour plus d'informations :

05 49 80 71 90

centresaquatiques@agglo2b.fr

www.piscines.agglo2b.fr



Conception : Agglomération du Bocage Bressuirais - Août 2026

Impression : Copy color

Ne pas jeter sur la voie publique - Photos : © Agglomération du Bocage Bressuirais et autres DR

AQUAFORME

CŒUR D'O · BRESSUIRE - AQUADEL · CERIZAY

À PARTIR DU 1^{ER} SEPTEMBRE 2026



www.piscines.agglo2b.fr



CENTRES
AQUATIQUES

agglo
BOCAGE BRESSUIRAIS