



VITALPARC

Hôtel & Spa

★★★★

2024

Les activités aquatiques du Spa



TOUS
NIVEAUX

AQUAGYM AQUAFITNESS

Toutes les séances sont
encadrées par un coach diplômé
(BEESAN ou BPJEPS).



Carte de 36 séances : **489 €** soit 13,58 € la séance
Carte de 24 séances : **369 €** soit 15,38 € la séance
Carte de 12 séances : **210 €** soit 17,50 € la séance
La séance : **24 €**



Vous bénéficiez de 30 mn d'accès à l'Univers
Sensoriel : avant la séance de 19h00 / après
les séances de 9h00, 13h00 et 14h00.

COACHING AQUABIKE AQUAJOGGER



Carte de 20 séances : **374 €** soit 18,70 € la séance
Carte de 10 séances : **214 €** soit 21,40 € la séance
La séance : **32 €**

*3 aquabike -1 aquajogger



Vous bénéficiez de 30 mn d'accès à l'Univers
Sensoriel : après les séances de 15h00 à 17h00
avant la séance de 18h00.

Séances Aquagym & Aquabike	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Dimanche
9:00 9:50	Aquagym tonique	Aquafitness circuit cardio* Nage avec palmes**	Natation perfectionnement**	Aquagym tonique		Nage avec palmes**
13:00 13:50		Aquafitness circuit training			Aquafitness circuit cardio	
14:00 14:50	Aquagym tonique	Aquafitness circuit training	Aquafitness circuit training	Aquagym tonique	Aquafitness circuit cardio	
15:00 15:40	Coaching aquabike aquajogger	Coaching aquabike aquajogger	Coaching aquabike aquajogger	Coaching aquabike aquajogger	Coaching aquabike aquajogger	Coaching aquabike aquajogger
16:00 16:40	Coaching aquabike aquajogger	Coaching aquabike aquajogger	Coaching aquabike aquajogger	Coaching aquabike aquajogger	Coaching aquabike aquajogger	Coaching aquabike aquajogger
17:00 17:40	Coaching aquabike aquajogger	Coaching aquabike aquajogger	Coaching aquabike aquajogger	Coaching aquabike aquajogger	Coaching aquabike aquajogger	Coaching aquabike aquajogger
18:00 18:40	Coaching aquabike aquajogger	Coaching aquabike aquajogger	Coaching aquabike aquajogger	Coaching aquabike aquajogger	Coaching aquabike aquajogger	Coaching aquabike aquajogger
19:00 19:50	Aquafitness circuit cardio	Aquafitness circuit training	Aquafitness circuit training	Aquafitness circuit training	Aquafitness circuit cardio	

* De mars à avril et d'octobre à novembre ** De mai à septembre

SOPHROLOGIE

Gestion du stress et des émotions, préparation mentale des sportifs.

Alexis LE DUC Sophrologue praticien, Diplômé de l'école ISEBA Bordeaux.

Séance individuelle (60 mn)

65 €

Séance collective (4 pers. min.)

16 €/pers.

Et aussi... Cours particuliers de natation pour enfants et adultes (apprentissage et perfectionnement). Renseignements et tarifs auprès des maîtres-nageurs ou par téléphone au 06 02 50 32 78.



A savoir pour l'Aquagym et l'Aquabike :

- Un certificat médical de non contre-indication est demandé.
- Toute annulation d'une séance doit s'effectuer uniquement par email.
- Accès autorisé à partir de 16 ans.
- Les cartes aquagym / aquabike sont nominatives et sont valables 1 an à partir de la date d'achat.
- Les séances d'aquagym et d'aquabike comprennent 30 mn d'accès à l'Univers Sensoriel qui ne peuvent être consommées séparément.

CARTE CLUB SPA

Découvrez sur place les avantages de la carte club spa réservés aux abonnés aquagym 24 et 36 séances et aquabike 10 et 20 séances



Infos et réservations :
05 56 03 92 44
(ligne directe spa)



Par mail :
spa@vitalparc.fr



Par internet :
www.vitalparc.com



Sur place :
**Route du Baganais
33680 Lacanau Océan**



Rejoignez-nous
sur les réseaux sociaux :
Facebook et Instagram.



Nous acceptons les
chèques vacances.

