

# AQUAD'AUGE

## VACANCES DE PÂQUES

### DU 13 AU 19 AVRIL 2026

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
12h30 - 13h15 <b>Aquagym</b>	12h30 - 13h15 <b>Aqua Boxing</b>	12h30 - 13h15 <b>Aquabike</b>	12h30 - 13h15 <b>Aquados</b>	12h30 - 13h15 <b>Aquapulse</b>
19h - 19h45 <b>Circuit Training</b>	20h - 20h45 <b>Aquagym Tonic</b>	18h - 18h45 <b>Jump and bike</b>	19h30 - 20h45 <b>Plouf dans les années 80</b>	20h - 20h45 <b>Aquabike</b>

### DU 20 AU 26 AVRIL 2026

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
12h30 - 13h15 <b>Aquagym</b>	12h30 - 13h15 <b>Aqua Boxing</b>	12h30 - 13h15 <b>Aquabike</b>	12h30 - 13h15 <b>Aquados</b>	12h30 - 13h15 <b>Aquapulse</b>
19h - 19h45 <b>Circuit Training</b>	20h - 20h45 <b>Aquagym Tonic</b>	18h - 18h45 <b>Jump and bike</b>	19h - 19h45 <b>Aquabike</b>	20h - 20h45 <b>Aquabike</b>

 Dans petit bain 1m10

 Dans grand bain 1m30

Aquad'Auge est ouvert tous les jours  
sauf 1<sup>er</sup> mai, 25 décembre et 1<sup>er</sup> janvier.  
Les jours fériés, Aquad'Auge est ouvert  
de 9h à 13h.

Vacances scolaires - Zone Caen

Vacances de Noël : Du 22/12/2025 au 04/01/2026

Vacances d'hiver : Du 16/02 au 01/03/2026

Vacances de printemps : Du 13 au 26/04/2026

Vacances d'été : 04/07/2026

#### AQUABOXING

Cours d'aquagym en grand bain, avec une dominante de mouvements liés à la boxe, pieds/poings faisant travailler le cardio et le renforcement musculaire.

#### JUMP & BIKE

Cours en grand bain, mêlant 2 ateliers de trampoline et de vélo, faisant travailler le cardio et le renforcement musculaire.

#### AQUADOS

Cours d'aquagym en petit bain, sans sauts pour préserver le dos et pour le renforcer.

#### AQUAPULSE

Cours dynamique pour faire monter le cardio avec 3 ateliers, mêlant step, trampoline et boxing.