

## **POWER FIT à la Piscine de Verviers**

Besoin de bouger, envie de se remettre en forme? C'est pour vous !

Un nouveau programme s'ouvre à partir du **3 octobre**.

De nouvelles activités vous sont proposées pour une **remise en forme complète** : Aquagym sur les temps de midi et 2 séances en soirée, Step, Aéro-step, BodySculpt et Abdo-fessiers

Que ce soit pour se muscler, pour augmenter ses capacités cardio-vasculaires ou encore pour se surpasser un maximum, alors venez, vous aussi, nous retrouver à la Piscine de Verviers !

PowerFit		LUNDI	MARDI	MERCR	JEUDI	VENDR
11H30 12H30	1H			AQUAGYM	AQUAGYM	
12H00 13H00	1H	AQUAGYM	AQUAGYM			AQUAGYM
16H25 17H25	1H					AQUAGYM
16H55 17H55	1H	AQUAGYM				
17H15 18H30	1H1 5		AERO-STEP			
18H00 19H15	1H1 5					ABDOS- FESSIERS
18H30 19H45	1H1 5	STEP				
18H45 20H15	1H3 0		BODY- SCULPT			

**PRIX : 6€/séance d'essai - 50€/12séances- DUO-SPORT : 80€/24séances**

**Renseignements et inscriptions à la piscine de Verviers tel : 087/33.87.39**