

# Programme d'été 2025



## Aquagym :

**Mercredi, 9, 16, 23 juillet**

**Vendredi, 11, 18, 25 juillet**

heure : 10:00 - 10:45

Lieu: Piscine Camping les Trois Lacs, Sugiez

Prix: 15.-/cours, inscription jusqu'à la veille



## SUP Yogilates :

**Dimanche, 22 juin, heure : 10:00 - 11:15**

**Mercredi, 9 juillet, heure : 18:15 - 19:30**

**Jeudi, 10 juillet, sortie pleine lune**

heure : 20 30 - 22:00 (gratuit)

**Jeudi, 17 juillet, heure : heure : 18:15 - 19:30**

Lieu : Nant Beach (centre nautique O'Lac)

Prix : 22.-/cours, inscription jusqu'à la veille

(Location planche sur place possible)

## Gym à la petite plage de Sugiez :



**Mardi, 15 juillet**

**Mardi, 22 juillet**

heure : 8:45 - 9:45

Prix : 15.-/cours

Inscription jusqu'à la veille



## TRX à l'atelier de Gym :

(Route de la Gare 4, Sugiez)

**Mardi, 8 juillet**

heure : 18h30 - 19h30

Prix: 15.-, inscription jusqu'à la veille

**Contact, infos et inscription: Karin Walther - 076 335 99 20 - [www.karinbewegt.ch](http://www.karinbewegt.ch)**

- En cas de mauvaises conditions, les cours SUP et gym à la plage seront annulés au plus tard 75 min. avant le début du cours.
- Les cours aquagym auront lieu par tous les temps.
- Chaque participant/e est tenu/e d'être assuré/e contre les accidents

Je me réjouis de ta participation !