

---

## TARIFS

---

Les abonnements et la carte 10 entrées comprennent l'accès sur une demi-journée à 1 cours d'aquagym et 1 cours de fitness, au sauna, au hammam, à la piscine ludique et à la salle de repos.

Abonnement annuel privilège.....**1 272 €**  
Abonnement semaine - du lundi au vendredi.....**125 €**  
10 entrées valables 1 an.....**339 €**

Coaching particulier.....**1h : 45 €**  
Le peignoir et la serviette sont fournis.

---

## LA THALASSO

---

### LA PISCINE THALASSO

Cette piscine d'eau de mer, chauffée à 30°C, est accessible en dehors des cours d'aquagym, pour une relaxation totale grâce à des activités ludiques permettant des massages et des stimulations de toutes les parties du corps.

### HAMMAM

### SAUNA

### SALLE DE REPOS

### ROOFTOP

Situé au sommet de notre centre, notre vaste terrasse vous permet de prendre des bains de soleil tout en bénéficiant d'une vue agréable sur Deauville.

---

## LA FORME

---

### SALLE DE MUSCULATION ET CARDIO-TRAINING

Salle équipée de steppers, rameurs, tapis, vélos elliptiques... sous les conseils de nos coaches.

### COURS COLLECTIFS EN SALLE

Bodysculpt, fessiers abdos cuisses, fit strap, pilates...

### COURS COLLECTIFS AQUATIQUES

### EN PISCINE OU EN MER

Aquagym, aquabike...

# THALASSO DEAUVILLE

## Algotharm

INFORMATIONS & RÉSERVATION  
02.31.87.72.00  
resa@thalasso-deauville.fr  
www.thalasso-deauville.com

HORAIRES D'OUVERTURE  
DU LUNDI AU VENDREDI  
DE 9H15 À 19H30  
LE SAMEDI DE 8H45 À 19H30  
LE DIMANCHE DE 8H45 À 14H30

**LE CLUB DE SPORT**  
PROGRAMME 2023

## LUNDI

9H30	AQUAGYM	45 min
10H00	MARCHE SPORTIVE	90 min
12H00	CIRCUIT TRAINING	45 min
12H00	AQUAGYM	45 min
14H00	AQUAGYM	45 min
16H30	BODY BARRE	45 min
18H00	PILATES	45 min
18H00	AQUABIKE	45 min

## MARDI

9H30	AQUAGYM	45 min
10H00	FIT TRAINING	45 min
11H00	FIT STRAP	45 min
12H00	AQUAGYM	45 min
14H00	AQUAGYM	45 min
16H30	STRETCHING	45 min
18H00	BRAS BUSTE EPAULES	45 min
18H00	AQUAGYM OU LONGE-CÔTE EN MER	45 min

## MERCREDI

9H30	AQUAGYM	45 min
10H00	MARCHE SPORTIVE	90 min
12H00	BRAS BUSTE EPAULES	45 min
12H00	AQUAGYM	45 min
14H00	AQUAGYM	45 min
16H30	CIRCUIT TRAINING	45 min
17H15	SOPHROLOGIE	45 min
18H00	PILATES	45 min
18H00	AQUABIKE	45 min

## JEUDI

9H30	AQUAGYM	45 min
10H00	CIRCUIT TRAINING	45 min
12H00	BODY BARRE	45 min
12H00	AQUAGYM	45 min
14H00	AQUAGYM	45 min
16H30	BODY BARRE CUISSSES	45 min
18H00	STRETCHING	45 min
18H00	AQUAGYM OU LONGE-CÔTE EN MER	45 min

## VENDREDI

9H30	AQUAGYM	45 min
10H00	FIT STRAP	45 min
11H00	SOPHROLOGIE	45 min
12H00	BODYSCULPT	45 min
12H00	AQUAGYM	45 min
14H00	AQUAGYM	45 min
18H00	PILATES	45 min
18H00	AQUABIKE	45 min

## SAMEDI

9H00	AQUAGYM	45 min
9H30	GYM SPÉCIALE DOS	30 min
10H00	BOOTCAMP	1H
12H00	BODYSCULPT	45 min
12H00	AQUAGYM	45 min
14H00	AQUAGYM	45 min
18H00	STRETCHING	45 min

## DIMANCHE

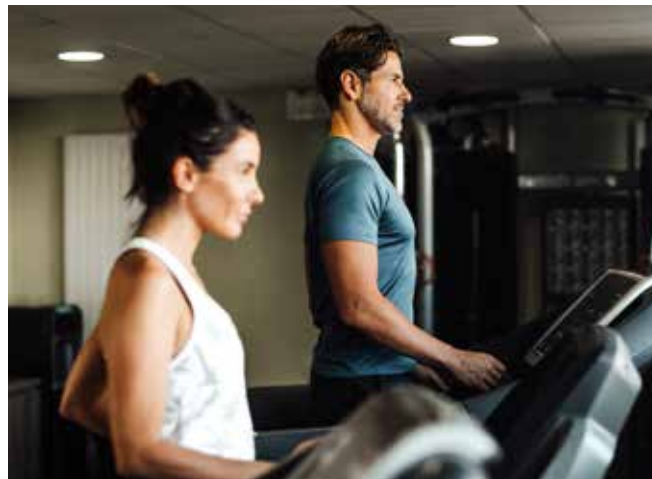
9H00	AQUAGYM	45 min
11H00	FESSIERS ABDOS CUISSSES	45 min
12H00	CIRCUIT TRAINING	45 min
13H00	AQUAGYM	45 min

**RENFORCEMENT MUSCULAIRE :**  
fessiers abdos cuisses, circuit training, body barre, fit training,  
fit strap, bras buste épaules, body barre cuisses, body sculpt

**GYM DOUCE :**  
pilates, stretching, gym spéciale dos

**COURS EN EXTÉRIEUR\* :**  
Aquagym ou longe côte en mer (mardi et jeudi à 18h)  
\* En fonction des conditions climatiques

**GYM EN PISCINE OU EN MER :**  
aquagym, aquabike



# Algotherm