

LE CLUB DE SPORT  
VOUS PROPOSE 3 TYPES DE FORFAITS  
AU CHOIX:

**CARDIO FITNESS**

(Salle de cardio + cours de fitness)

**AQUAFORME**

(Hammam, sauna, piscines + cours d'aquagym)

**PRIVILÈGE**

(Cardio fitness + Aquaforme)

**LA THALASSO**

**LA PISCINE OLYMPIQUE DE DEAUVILLE\***

En accès direct depuis la Thalasso, sous sa grande voûte captant le soleil et la lumière, ce bassin d'eau de mer (28°C) de 50 mètres, vous accueille pour nager dans des conditions optimales.

**LA PISCINE THALASSO**

Cette piscine d'eau de mer, chauffée à 32°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 AVEC TISANES DEEP NATURE À VOLONTÉ**

**SOLARIUM**

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 stepper, rameur, tapis, vélos elliptiques... sous les conseils de nos coachs.

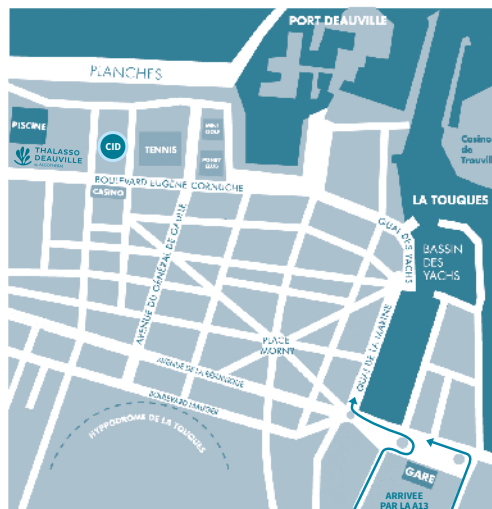
**AQUABIKE**

Améliorez votre endurance, affinez vos jambes, et diminuez votre cellulite en pédalant sur un vélo immergé dans notre piscine Thalasso.

**COURS COLLECTIFS EN PISCINE ET EN SALLE**

Zumba, Boot Camp, Aquafitness, Pilates.

\* Les horaires d'ouverture de la piscine olympique peuvent être modifiés par la municipalité de Deauville.



©impression et creation escape - dec 2018 - photos : @newwoc

**Horaires d'ouverture**

Du lundi au vendredi de 9h15 à 19h30.  
Pendant les vacances scolaires Zone C (Paris)  
de 8h45 à 19h30  
Le samedi de 8h45 à 19h30  
Le dimanche de 8h45 à 14h30

**Thalasso Deauville by Algoterm**  
3 rue Sem - 14800 Deauville  
Tél. : 02.31.87.72.00  
resa@thalasso-deauville.fr

[www.thalasso-deauville.com](http://www.thalasso-deauville.com)



**LE CLUB  
DE SPORT**  
PROGRAMME 2019



**THALASSO DEAUVILLE**  
by ALGOTHERM

**LUNDI**

10H00	BODYBARRE	45 min
10H00	AQUAGYM	45 min
12H00	AQUALIFE	45 min
12H45	BODYSCULPT	45 min
15H30	AQUAGYM	45 min
16H30	PILATES	45 min
18H00	AQUABIKE**	45 min
18H00	ZUMBA	45 min

**MARDI**

10H00	CIRCUIT TRAINING	45 min
10H00	AQUAGYM	45 min
12H00	STRETCHING	45 min
12H00	AQUABIKE**	45 min
15H30	AQUAGYM	45 min
16H30	BODY BARRE	45 min
18H00	AQUAFITNESS	45 min
18H00	FESSIERS ABDOS CUISSSES	45 min

**MERCREDI**

10H00	MARCHE NORDIQUE*	1H30
10H00	AQUAGYM	45 min
12H00	AQUAFITNESS	45 min
12H45	BRAS BUSTE ÉPAULES	45 min
15H30	AQUAGYM	45 min
16H30	FESSIERS ABDOS CUISSSES	45 min
17H15	SOPHROLOGIE	45 min
18H00	AQUABIKE**	45 min
18H00	STRONG BY ZUMBA	45 min

**JEUDI**

10H00	AQUAGYM	45 min
10H00	STRONG BY ZUMBA	45 min
12H00	AQUAEROBIC	45 min
12H45	FESSIERS ABDOS CUISSSES	45 min
15H30	AQUAGYM	45 min
16H00	MARCHE NORDIQUE*	1h30
18H00	AQUAFITNESS	45 min
18H00	STRETCHING	45 min

**VENDREDI**

10H00	AQUAGYM	45 min
10H30	FIT STRAP	45 min
12H00	AQUAEROBIC	45 min
12H15	FESSIERS ABDOS CUISSSES	45 min
15H30	AQUALIFE	45 min
17H00	FITCROSS	45 min
17H00	AQUABABY	30 min
18H00	STRETCHING	45 min
18H00	AQUABIKE**	45 min

**SAMEDI**

9H45	BOOTCAMP	1h
9H30	GYM SPECIALE DOS	30 min
10H00	AQUAGYM	45 min
10H00	SOPHROLOGIE	45 min
11H00	BODYSCULPT	45 min
11H45	STRETCHING	45 min
12H00	AQUAEROBIC	45 min
15H30	AQUAGYM	45 min
16H30	PILATES	45 min
18H00	AQUABIKE**	45 min

**DIMANCHE**

10H00	AQUAGYM	45 min
11H00	FESSIERS ABDOS CUISSSES	45 min
12H00	ZUMBA	45 min
12H00	AQUAFITNESS	45 min



RENFORCEMENT MUSCULAIRE

GYM DOUCE

COURS TONIQUE

COURS EN PISCINE

COURS ÉNERGIE DOUCE

\* En fonction des conditions climatiques

\*\* Cours avec supplément