



Ecole Seraing Natation  
Avenue des Puddleurs, 53  
4100 Seraing  
04 338 15 52  
<http://www.esn-seraing.be>

# Activités Vacances

## Eté 2018

### Cours collectifs Espace ESN

Séance 3€ membre ESN  
Séance découverte 5€

Pour devenir membre ESN, il vous suffit de vous acquitter d'un montant de 17€ qui reprend l'assurance obligatoire valable pour l'ensemble de la saison 2018-2019. Si vous hésitez à devenir membre, la séance découverte vous permettra d'effectuer votre choix en connaissance de cause.

### Juillet 2018

### Août 2018

<b>Mardi</b>	Pilates (P.salle) 18h00 à 19h00	03-juil			
	Abdos-fessiers 18h00 à 19h00	03-juil	10-juil		
<b>Jedi</b>	Aérobic 18h00 à 19h00	05-juil	12-juil	19-juil	26-juil
	Abdos-fessiers 19h00 à 20h00	05-juil	12-juil	19-juil	26-juil

<b>Mardi</b>	Pilates (P.salle) 18h00 à 19h00	07-août	14-août	21-août	28-août	
	Abdos-fessiers 18h00 à 19h00	07-août	14-août	21-août	28-août	
<b>Jedi</b>	Aérobic 18h00 à 19h00	02-août	09-août	16-août	23-août	30-août
	Abdos-fessiers 19h00 à 20h00	02-août	09-août	16-août	23-août	30-août

### Natation & Aquagym Piscine Olympique

Natation loisir: Séance 1€ membres ESN  
Natation loisir: Séance découverte 3€  
Aquagym: Séance 3€ membre ESN  
Aquagym: Séance découverte 5€

<b>Mardi</b>	Natation 18h45 à 20h15	03-juil	10-juil	17-juil	24-juil	31-juil		07-août	14-août	21-août	28-août	
	Aquagym 19h00 à 20h00	03-juil	10-juil	17-juil	24-juil	31-juil		07-août	14-août	21-août	28-août	
<b>Vendredi</b>	Natation 18h45 à 20h15	06-juil	13-juil	20-juil	27-juil			03-août	10-août	17-août	24-août	31-août
	Aquagym 19h00 à 20h00	06-juil	13-juil	20-juil	27-juil			03-août	10-août	17-août	24-août	31-août