

SEAM

SAINT-ÉTIENNE AQUATIC MÉTROPOLE

# CRÉNEAUX

SAINT-ÉTIENNE AQUATIC MÉTROPOLE

2026 - 2027



Saint-Étienne  
Ville créative design



MAC



SEAM

SAINT-ÉTIENNE AQUATIC MÉTROPOLE

# PÔLE SANTÉ - BIEN ÊTRE



Saint-Étienne  
Ville créative design



MAC



SEAM

SAINT-ÉTIENNE AQUATIC MÉTROPÔLE

# PÔLE SANTÉ - BIEN ÊTRE

## NAGEZ FORME SANTÉ

### JEUDI

**11H15 - 12H00** Raymond SOMMET

**17H30 - 18H15** Pierre POTY

### VENDREDI

**12H00 - 12H45** Raymond SOMMET



# 150€

1 À 2 SÉANCES PAR SEMAINE

# PÔLE SANTÉ - BIEN ÊTRE

## AQUABIKE :

270€ pour une séance d'aquabike.  
Non cumulable avec d'autres activités.

## AQUAGYM, TABATA, AQUARUN & CIRCUIT TRAINING :

Pour 2, 3, 4 & 5 séances, vous pouvez choisir des créneaux sur les 4 activités (ne concerne pas l'aquabike).

### AQUABIKE

**270€**

1 SÉANCE PAR SEMAINE

**320€**

2 SÉANCES PAR SEMAINE

### AQUAGYM, TABATA, CIRCUIT TRAINING & AQUARUN

**250€**

1 SÉANCE PAR SEMAINE

**290€**

2 SÉANCES PAR SEMAINE

**320€**

3 SÉANCES PAR SEMAINE

**360€**

4 SÉANCES PAR SEMAINE

**400€**

5 SÉANCES PAR SEMAINE

# PÔLE SANTÉ - BIEN ÊTRE

## AQUABIKE

### LUNDI

**20H00 - 20H45** Raymond SOMMET

### MERCREDI

**12H15 - 13H00** Raymond SOMMET

**19H00 - 19H45** Raymond SOMMET

**19H45 - 20H30** Raymond SOMMET

### JEUDI

**12H00 - 12H45** Raymond SOMMET

**19H00 - 19H45** Raymond SOMMET

**19H45 - 20H30** Raymond SOMMET

### SAMEDI

**11H00 - 11H45** Raymond SOMMET

**11H45 - 12H30** Raymond SOMMET

**270€**

1 SÉANCE PAR SEMAINE

**320€**

2 SÉANCES PAR SEMAINE



# PÔLE SANTÉ - BIEN ÊTRE

# AQUAGYM

## LUNDI

**11H00 - 11H45** Yves NAYME  
**11H45 - 12H30** Yves NAYME  
**12H30 - 13H15** Yves NAYME  
**12H00 - 12H45** Grouchy  
**19H45 - 20H30** Yves NAYME

## MARDI

**14H45 - 15H30** Yves NAYME

## MERCREDI

**18H15 - 19H00** Yves NAYME  
**19H00 - 19H45** Yves NAYME

## JEUDI

**08H45 - 09H30** Yves NAYME  
**12H45 - 13H30** Yves NAYME

## VENDREDI

**19H45 - 20H30** Yves NAYME

## SAMEDI

**08H15 - 09H00** Yves NAYME



SEAM

SAINT-ÉTIENNE AQUATIC MÉTROPOLE

**PÔLE SANTÉ - BIEN ÊTRE**

# **CIRCUIT TRAINING**

**MARDI**

**19H45 - 20H30** Grouchy

**AQUARUN**

AQUAGYM EN GRANDE PROFONDEUR

**JEUDI**

**16H30 - 17H15** Raymond SOMMET

**SAMEDI**

**10H15 - 11H00** Raymond SOMMET

**TABATA**

AQUAGYM TRÈS INTENSE

**MARDI**

**19H00 - 19H45** Grouchy

**19H45 - 20H30** Yves NAYME