

# ACTIVITÉS D'ÉTÉ

**DU 8/07 AU 23/08 2024**



Nage



Adulte



Aquabike

**JUILLET/ Aquabike :**  
Mardi et Vendredi 17h45 à 18h30

**AOÛT / Aquabike :**  
Lundi 12h30 à 13h15  
Mercredi 17h45 à 18h30

**Aqua mix cardio :**  
Mardi 17h45 à 18h30

**Entraînement individualisé :**  
Jeudi 17h45 à 18h30

**Entraînement adulte niveau 4**  
Vendredi 12h30 à 13h15

**jardin aquatique : 11h00 à 13h00**  
**Entraînement au tableau : 17h00 à 18h00**

**+ D'INFOS**



[montpellier3m.fr/equipement/piscine-heracles-saint-bres](https://montpellier3m.fr/equipement/piscine-heracles-saint-bres)

**ACTIVITÉS**



**Paiement en  
ligne ou à  
l'accueil de la  
piscine**