

# Cures Marines

TROUVILLE / SUR / MER

# The Purist

RETREAT & SPA

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
<b>08h30-09h00</b>	Cryothérapie	Cryothérapie	Cryothérapie	Cryothérapie	Cryothérapie	Cryothérapie	Cryothérapie
<b>09h00-10h00</b>	Coaching privé	Coaching privé	Coaching privé	Coaching privé	Coaching privé	Coaching privé	Coaching privé
<b>10h00-11h00</b>	<b>ENERGY</b>						
	<i>Fit step</i>	<i>Yoga énergie</i>	<i>Beach Walk</i>	<i>C-A-F</i>	<i>Yoga énergie</i>	<i>Soft running</i>	<i>Yoga énergie</i>
<b>11h00-12h00</b>				Sea Walk			Sea Walk
<b>11h30-12h00</b>	Aqua fitness	Aqua bike	Aqua fitness power		Aqua pilates	Aqua fitness	
<b>14h00-14h30</b>	Aqua pilates	Aqua pilates	Aqua pilates	Aqua pilates	Aqua pilates	Aqua pilates	
<b>14h30-15h00</b>	Aqua bike	Aqua bike	Aqua bike	Aqua bike	Aqua bike	Aqua bike	
<b>15h00-16h30</b>	Coaching privé	Coaching privé	Coaching privé	Coaching privé	Coaching privé	Coaching privé	
<b>17h00-18h00</b>	<b>FOCUS &amp; RELAX</b>						
	<i>Stretching postural</i>	<i>Méditation</i>	<i>Yoga relax</i>	<i>Pilates</i>	<i>Méditation</i>	<i>Yoga relax</i>	
<b>18h30-19h00</b>	Cryothérapie	Cryothérapie	Cryothérapie	Cryothérapie	Cryothérapie	Cryothérapie	

Activités Wellness incluses dans l'abonnement Club Sport et pour tout séjour aux Cures Marines  
 Activités aquatiques - 25min - 30€ | Sea Walk - 50min - 40€ | Cryothérapie - 60€ | Coaching privé - 50min - 90€