



## Envie de faire plaisir ?

Découvrez nos bons cadeaux  
en ligne sur [caliceo.com](https://caliceo.com)



14 Route du Vigneau  
44800 Saint-Herblain



@caliceo\_officiel



@caliceonantes

# AGENDA VITALITÉ

ÉTÉ 2024



Valable du 21 juin au 1er septembre

# Calicéo

NANTES | SAINT-HERBLAIN

Ne pas jeter sur la voie publique | Photos non contractuelles

## VOS RENDEZ-VOUS FORME

Sur les conseils de nos coachs certifiés, atteignez vos objectifs à votre rythme. Affinez votre silhouette, vitalisez votre corps et dépensez-vous. A vous de choisir vos activités !

### AQUAGYM

Profitez de programmes adaptés à toutes et à tous pour travailler en douceur cuisses, abdos, fessiers...

**30 MINUTES**

sans réservation  
sans supplément tarifaire\*

### AQUABIKE & AQUATRaining

Tonifiez et sculptez votre corps grâce à des programmes adaptés, encadrés par nos coachs.

**45 MINUTES**

sur réservation  
activité payante

### AQUAPILATES

Travaillez votre respiration, votre posture et vos muscles profonds pour réconcilier corps et esprit.

**45 MINUTES**

sur réservation  
activité payante



## VOS RENDEZ-VOUS DÉTENTE

Des moments de relaxation uniques pour un délassement du corps et un apaisement de l'esprit. Profitez-en, ces activités vous sont offertes pour toute entrée.

### RITUEL SAUNA

Des huiles essentielles, un brassage tonique de la chaleur suivi d'un gommage : découvrez les bienfaits de ce rituel traditionnel.

**30 MINUTES**

sans réservation  
sans supplément tarifaire

### RITUEL HAMMAM

Prolongez les bienfaits de votre séance avec un gommage.

**30 MINUTES**

sans réservation  
sans supplément tarifaire

### SIESTE MUSICALE

Allongé dans l'eau chaude, laissez-vous bercer par de douces musiques diffusées dans l'eau ! Une expérience unique.

**30 MINUTES**

accès libre. Sans réservation  
sans supplément tarifaire



## PLANNING FORME<sup>(1)</sup>

ÉTÉ 2024

	LUN.	MAR.	MER.	JEU.	VEN.	SAM.	DIM.
10H30	AQUABIKE	AQUAPILATES	AQUABIKE	AQUABIKE	AQUABIKE		
11H30	AQUAGYM	AQUAGYM	AQUAGYM	AQUAGYM			
12H30	AQUABIKE	AQUA TRAINING	AQUABIKE		AQUABIKE		
15H00	AQUAGYM	AQUAGYM	AQUAGYM				
18H00	AQUABIKE	AQUABIKE		AQUABIKE	AQUAPILATES		
19H00			AQUAGYM				
19H45	AQUA TRAINING	AQUABIKE	AQUA TRAINING	AQUABIKE			

## PLANNING DÉTENTE<sup>(1)</sup>

ÉTÉ 2024

	LUN.	MAR.	MER.	JEU.	VEN.	SAM.	DIM.
12H15	SAUNA	SAUNA	SAUNA		SAUNA	SAUNA	SAUNA
14H00	SIESTE	SIESTE	SIESTE	SIESTE	SIESTE		
15H00					HAMMAM	HAMMAM	HAMMAM
17H00	SAUNA	HAMMAM	SAUNA	HAMMAM			
18H00			HAMMAM				
19H00	HAMMAM	SAUNA		SAUNA	SAUNA		

## TARIFS DES SÉANCES

AQUABIKE, AQUATRaining, AQUAPILATES<sup>(2)</sup>

**16€**

LA SÉANCE  
DÉCOUVERTE

**64€**

au lieu de 80€

L'ABONNEMENT  
5 SÉANCES

**123€**

au lieu de 160€

L'ABONNEMENT  
10 SÉANCES

**230€**

au lieu de 320€

L'ABONNEMENT  
20 SÉANCES

(1) Calicéo se réserve le droit de modifier ses plannings tant dans ses horaires que dans la répartition de ses activités. Cela n'engendrera aucun remboursement ou compensation. Activités dans la limite des places disponibles. Planning valable du 21 juin au 1er septembre 2024. Prix constatés au 1<sup>er</sup> janvier 2024 et susceptibles d'être révisés à tout moment.

(2) Autorisé à partir de 16 ans. Une séance comprend un cours et le temps de douche et de vestiaire.

\*L'accès aux séances d'Aquagym est compris avec le Pass 2h, le Pass Esprit Libre, le Pass Esprit Libre Plus et le Pass Tempo.