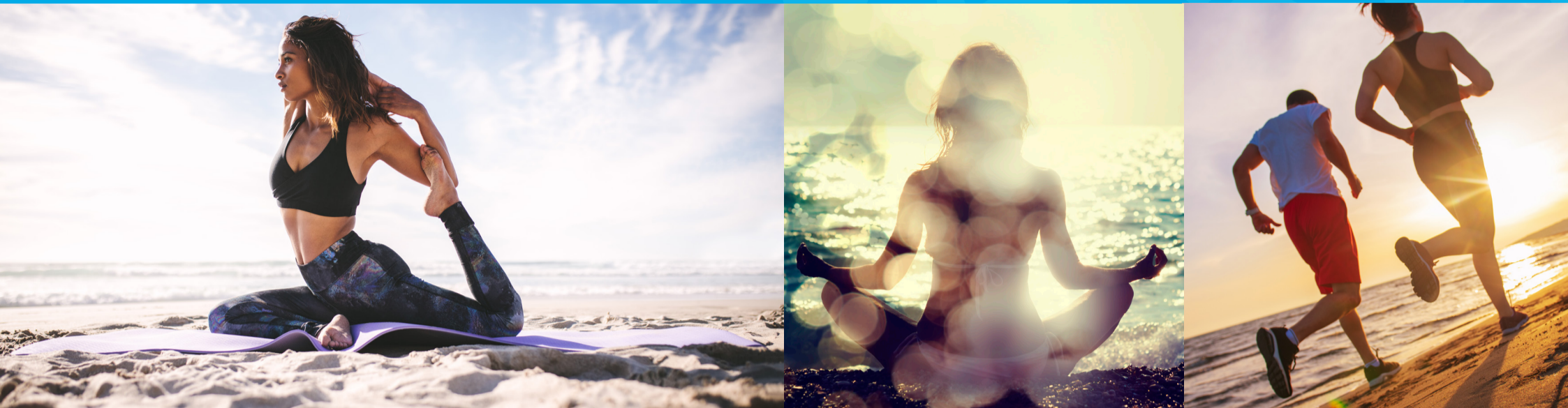


# Recreation Activities Program

## Programme des activités



	MONDAY Lundi	TUESDAY Mardi	WEDNESDAY Mercredi	THURSDAY Jeudi	FRIDAY Vendredi	SATURDAY Samedi	SUNDAY Dimanche
8:30 AM	<b>Morning Abdos Session</b> (Fitness Centre) <i>Session D'abdos</i> (Centre de Remise en Forme)	<b>Morning Stretching</b> (Fitness Centre) <i>Étirements</i> (Centre de Remise en Forme)	<b>Morning Full Body Workout Session</b> (Fitness Centre)	<b>Morning Jogging On The Beach</b> (Fitness Centre) <i>Jogging Matinal sur la Plage</i> (Centre de Mise en Forme)	<b>Morning Upper Body Workout</b> (Fitness Centre)	<b>Morning Lower Body Workout</b> (Fitness Centre)	<b>Beach Walk</b> (Le Bleu)
11:30 AM	<b>Aqua Gym</b> (Le Bleu)	<b>Aqua Dance</b> (Le Bleu)	<b>Aqua Sega</b> (Le Bleu)	<b>Aqua Tabata</b> (Le Bleu)	<b>Aqua Noodle</b> (Le Bleu)	<b>Aqua Sega</b> (Le Bleu)	<b>Aqua Gym</b> (Le Bleu)
2:00 PM	<b>Games</b> (Le Bleu)						
3:00 PM	<b>English Médiation Session</b> (Spa on Reservation) <i>Séances de Médiation en Anglais</i> (Sur Reservation au Spa) <b>Water Polo</b> (Le Bleu Pool) (Piscine du Le Bleu)	<b>Table Tennis Competition</b> (Fitness Centre) <i>Compétition de Ping-Pong</i> (Centre de Remise en Forme)	<b>French Médiation Session</b> (Spa on Reservation) <i>Séances de Médiation en Français</i> (Sur Reservation au Spa) <b>Sega initiation</b> Initiation à la Danse Sega (Le Bleu)	<b>Water Polo</b> (Le Bleu Pool) (Piscine du Le Bleu)	<b>Water Polo</b> (Le Bleu Pool) (Piscine du Le Bleu)	<b>Sega Initiation</b> Initiation à la Danse Sega (Le Bleu)	<b>Water Polo</b> (Le Bleu Pool) (Piscine du Le Bleu)
4:00 PM	<b>Yoga on Booking</b> (Spa on Reservation) <i>Yoga</i> (Sur Reservation au Spa)	<b>Zumba Classes On Reservation</b> (Fitness Centre)	<b>Badminton</b> (Fitness Centre) (Centre de Remise en Forme)	<b>Fill in the Bucket</b> (Fitness Centre)	<b>Family Fun Treasure Hunt</b> (Fitness Centre)	<b>Tug of War</b> (Fitness Centre)	<b>Catch the Ball</b> (Fitness Centre)
5:30 PM	<b>Beach Volleyball</b> (Le Bleu)	<b>Badminton</b> (Fitness Centre) (Centre de Remise en Forme)	<b>Sunset Beach Walk</b> <i>Marche sur la Plage au Coucher du Soleil</i> (Le Bleu)	<b>Beach Tennis</b> (Le Bleu)	<b>Beach Volleyball</b> (Le Bleu)	<b>Beach Soccer</b> (Le Bleu)	<b>Beach Bocce Ball</b> (Le Bleu)
7:30 AM - 8:00 PM	<b>Fitness Centre opening hours (ext. 5063):</b> gym, tennis, table tennis, fitness coach, bikes and electric bikes rental and archery <i>Horaires d'ouverture du Centre de remise en forme (ext. 5063):</i> tennis, ping-pong, salle de sport, exercices fitness avec notre coach, location de vélos et vélos électriques						
9:00 AM - 5:00 PM	<b>Free Boat house activities, reservation recommended (ext. 5052):</b> kayaking, paddle boat, stand up paddle, sailing, snorkeling trips, glass bottom boat tours <i>Activités gratuites à la Case nautique, réservations recommandées (extension 5052):</i> kayak, pédalo, stand up paddle, voile, plongées guidées en masque et tuba, sorties en bateau à fond de verre						
11:30 AM - 8:00 PM	<b>Navasana Spa opening hours</b> Bookings essentials on ext. 5071 for all the treatments and to enjoy the facilities of the spa (sauna, hammam, cold plunge pool, solarium) <i>Horaires d'ouverture du spa Navasana</i> Réservations nécessaires au 5071 pour vos soins et pour profiter des facilités du spa (sauna, hammam, piscine d'eau froide, solarium)						
9:00 PM	<b>Evening entertainment at Le Bleu</b> <i>Animation du soir au Le Bleu</i>						

**OUTRIGGER**

MAURITIUS BEACH RESORT

For your bookings and information on the activities, please contact our concierge hosts on extension 5025 between 7:30 and 20:00.  
Pour vos réservations et vos demandes d'information, veuillez contacter le personnel de la conciergerie sur l'extension 5025 entre 7h30 et 20h.