Body Palmes

Activité regroupant Aquagym et Natation Sportive, basée sur le travail en gainage avec du matériel spécifique (haltères, palmes).

Cette activité nécessite d’être à l’aise dans le grand bassin.

Possibilité de ramener ses palmes s'il s'agit de petites palmes.

Deux lignes d'eau seront réservées pour le cours de Body-Palmes

Infos pratiques

Durée : 45 minutes

Sur inscription, effectif limité par séance.