Aqua'palmes

Activité qui regroupe Aquagym et Natation Sportive basée sur un travail de gainage avec du matériel spécifique (haltères, palmes) qui permet de développer ses qualités physiques.

Il est nécessaire de savoir nager dans le grand bassin. Possibilité de ramener ses palmes s'il s'agit de petites palmes.

Infos pratiques

Séance proposée dans le grand bain.