Aquadouceur

Activité douce ouverte à tout public sans limite d’âge et notamment aux personnes peu à l’aise dans l’eau.



Moment de détente, de relaxation, d’étirements de faible intensité, pratiquée dans un eau à 30°, accompagnée d’une musique douce, avec ou sans matériel.

Infos pratiques

Lundi : 16h15 - 17h

Mercredi : 9h - 9h45