



Repères:

Horaires :

- Jeudi : 18h-18h45

Activité ouverte à un public aguerri et à l'aise dans l'eau. Cours très tonic, mouvements de boxe pour un travail du haut et du bas du corps.

S'amuser et se défouler sur des techniques simples pieds/poings.

Matériel possible : gants, bottes...

Source URL: <https://bulleo.epernay-agglo.fr/aquaboxing>