



Repères:

Horaires :

- Lundi : 12h30-13h15
- Lundi : 18h-18h45
- Mardi : 12h30-13h15
- Mardi : 19h15-20h
- Mercredi : 18h-18h45
- Jeudi : 12h30-13h15
- Vendredi : 12h30-13h15
- Vendredi : 18h-18h45
- Samedi : 11h-11h45
- Dimanche : 9h15-10h

Gymnastique aquatique ouverte à tout public. Travail musculaire et cardio-vasculaire, entretien général du corps.

Cette activité à intensité modérée se pratique avec ou sans matériel.

Matériel possible : planches, frites...

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