

## Aquagym

*Vous voulez profiter de cet été pour **retrouver la forme**, entretenir votre **condition physique** ou simplement faire une activité physique dans une ambiance simple, sympathique et conviviale.*



***L'aquagym est faite pour vous!***

Ses bienfaits ne sont plus à prouver. En effet, ajoutés aux **bienfaits de l'effort** physique, le mouvement de l'eau sur un corps qui se meut, permet

**un drainage doux et agréable**

. De plus, il facilite le retour veineux permettant une

**meilleure récupération**

et une absence de courbatures.

C'est pourquoi, vous ne ressentirez qu'une douce fatigue qui vous rappellera, la demi journée qui suit votre séance, que vous avez offert à votre corps un moment pour lui...

### Conditions :

-

**12 personnes maximum** en même temps

-

Ambiance musicale dynamisante

-

Matériel varié et adapté à la discipline (haltères flottantes, gants palmés, frites...)

-

Une eau entre **28 et 29° C**

-

Séance d'environ une heure dans l'eau

## Tarifs :

-

**Saison** : 80 € à raison d'une séance par semaine, payable en trois fois dernier encaissement en Août.

- **5 séances** :40 €, payable en trois fois dernier encaissement en Août

{faq category="5"}

## Tarifs :

## Aquagym

Écrit par Marc

---

-

100 € la saison à raison d'une séance par semaine (soit 15 séances) , payable en trois fois  
dernier encaissement en Août.

-

85 euros (j'ai enlevé le mois de mai) juin plus un mois juillet ou Août, payable en trois fois  
dernier encaissement en Août.