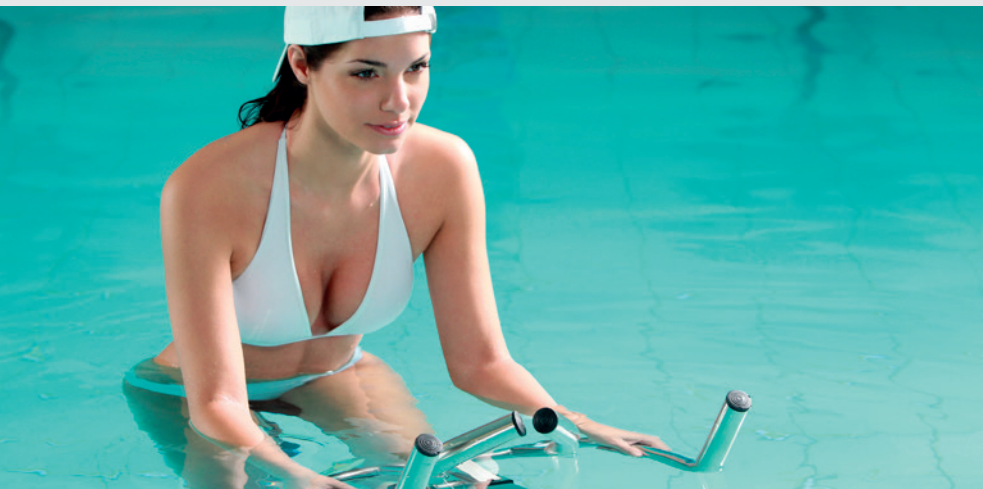


AQUABIKING



Faire du vélo dans l'eau ! Renforcement musculaire du bas du corps et des abdominaux, tout en associant un travail cardio-vasculaire ! Cette activité permet aussi d'améliorer la circulation sanguine et de favoriser l'élimination de la cellulite !

AQUAFUSION



Gymnastique aquatique Objectifs : renforcement musculaire, tonification, raffermissement du corps, maintien de la forme et bien-être.

AQUAFITNESS



Recommandé pour l'entretien de la forme générale par des exercices d'une intensité modérée

BODYPALM



Une activité ludique, intense et bénéfique.
Cette activité, accessible à tous, améliore l'endurance et le tonus musculaire. L'ensemble du corps se façonne et on constate une amélioration générale de la condition physique...