

Section : AQUAGYM DOUCE - 1 seule activité aquatique par adhérent

Age : à partir de 16 ans

Période / Lieu / Horaires :

- Le lundi de 16h30 à 17h15, hors vacances scolaires et jours fériés
- Piscine Victor Fouillade
Rue Jean Bouin
45000 ORLEANS

Date de démarrage & fin de la section:

- Le lundi 11 septembre 2023 au 24 juin 2024.

Description des activités proposées :

Avec ses mouvements spécialement adaptés au milieu aquatique, l'aquagym est une discipline sportive qui permet de solliciter bon nombre de muscles et d'articulations sans fatigue excessive.

Tenue et matériel à prévoir :

Tenue de bain (Maillot),
Serviette
Claquettes

Contacts :

Direction des Sports et des Loisirs : 02 38 79 29 91

✉ : emis-ovc@orleans-metropole.fr

Responsable : Sébastien TRIAU