

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
Ou
- Le jeudi de 17h00 à 17h45, hors vacances scolaires et jours fériés

- Piscine Victor Fouillade
Rue Jean Bouin
45000 ORLEANS

Date de démarrage & fin de la section:

- Le lundi 23 septembre 2024 au 23 juin 2025 / le jeudi 26 septembre 2024 au 26 juin 2025.

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 26 06**✉ : emis-ovc@orleans-metropole.fr**Responsable : Sébastien TRIAU**