

AQUA HIIT

NOUVEAU !

Aqua High Intensity Interval Training



SUR INSCRIPTION

DURÉE : 60 MINUTES

NIVEAU : TRÈS INTENSIF

OBJECTIF : ZERO PAUSE !

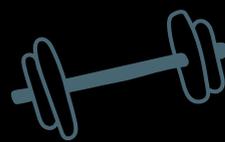
Enchaînez un maximum d'exercices entre chaque cycle ! Pas de repos, mais une récupération en faible intensité pour ne pas perdre le rythme !

100% CARDIO pour brûler un maximum de calories.

Tarifs : 6 euros + entrée piscine



**PISCINE DU TRIANGLE
À DACHSTEIN**



*Conseil du coach :
Apportez une bouteille
d'eau, des chaussons
aquatiques et votre bonne
humeur !*

MARDI DE 19H15 À 20H15

piscines.cc-molsheim-mutzig.fr Mutzig : 03 88 48 52 88 Dachstein : 03 88 49 23 00