

AQUAGYM SENIOR



SUR INSCRIPTION

[PISCINES.CC-MOLSHEIM-MUTZIG.FR](https://piscines.cc-molsheim-mutzig.fr)

PISCINE DU TRIANGLE

Mardi et mercredi + *Aquabike senior le lundi*

PISCINE DE MUTZIG

Vendredi



AQUAGYM SENIOR

Sur réservation



4,80 euros

+ entrée piscine

Abonnement trimestriel : 110 €*
25 séances : 180 €*
10 séances : 78 €*
*entrée comprise



45 Minutes



Doux à modéré

Les conseils du coach :

- Apportez 1 bouteille d'eau
- Et votre bonne humeur !

Description

Une séance d'aquagym adaptée pour maintenir sa condition physique en toute sécurité. L'eau porte le corps pour soulager les articulations tout en permettant un travail complet sur l'endurance, le renforcement musculaire et l'équilibre, dans une ambiance conviviale. *(Savoir nager est nécessaire pour les séances en grand bassin).*

Horaires

PISCINE DE MUTZIG :

Vendredi : 10h45 à 11h30

PISCINE DU TRIANGLE A DACHSTEIN :

Mardi : 15h45 à 16h30

Mercredi : 9h30 à 10h15



Aquabike senior : lundi : 9h45 à 10h30



piscines.cc-molsheim-mutzig.fr



piscines@cc-molsheim-mutzig.fr



Piscines intercommunales de la Région de Molsheim-Mutzig



Mutzig : 03 88 48 52 88

Le Triangle : 03 88 49 23 00

