

Pourquoi ? l'Aquarythm



Cette activité est un programme de **renforcement musculaire** combinant des éléments d'aérobic, de fitness et de danse.

Les pas de danse sont effectués sur des **musiques rythmées**.

L'objectif de l'aquarythm est de **sculpter son corps** tout en s'amusant et énergiques.

L'aquarythm sollicite tous les muscles.

Horaires

mercredi : 18h15-19h
jeudi : 19h15-20h

Tarifs

	Vallée dorée	Extérieur Vallée dorée
une séance	8,20 €	9,20 €
12 séances	82 €	92 €



La séance, pleine d'énergie, se déroule dans la **bonne humeur** au rythme de la musique.

Alors qu'attendez vous pour nous rejoindre ?

Renseignements :

Piscine la Vallée dorée
Avenue du G^{al} de Gaulle
60 140 Liancourt
03 44 73 86 35

www.ccl-valleedoree.fr