



## Aquabike

Nouvelle activité de renforcement musculaire, améliorant la circulation sanguine et luttant contre la rétention d'eau.

Activité pratiquée en cours encadrés par un MNS ou individuellement en louant le matériel lors de certaines ouvertures au public

**> Activité jeunes et adultes à partir de 16 ans**

En savoir plus



## Aquagym

Activité de renforcement musculaire et cardio vasculaire.

Activité trimestrielle, annuelle ou à la séance pendant les vacances

> **Activité jeunes et adultes à partir de 16 ans**

En savoir plus



## Aquagym à la carte

Activité de renforcement musculaire et cardio vasculaire.

Activité à réserver en ligne sur les créneaux suivants

- lundi 11h - 11h40
- lundi 11h45 - 12h25
- lundi 12h30 - 13h10
- mardi 12h - 12h40
- mercredi 12h - 12h40

> **Activité jeunes et adultes à partir de 16 ans**

En savoir plus



## Circuit Training

Activité de haute intensité musculaire et cardio-vasculaire.

Activité pratiquée en cours encadrés par un MNS

> **Activité jeunes et adultes à partir de 16 ans**

En savoir plus

## Piscine Aqua'val

📍 Esplanade de Klettgau  
44190 Clisson

☎ 0240542456

[Envoyer un message](#)

### Les activités

- Inscriptions mode d'emploi
- S'inscrire aux activités
- Dates des cours 2018-2019
- Remboursement : mode d'emploi
- Inscription petites vacances
- Les activités enfants proposées à Aqua'val
- Les activités adultes proposées à Aqua'val
- Les activités de bien-être

CLISSON, SÈVRE & MAINE **COOL** 15 rue des Malifestes 44190 Clisson - Tél. 02 40 54 75 15 - [accueil@clissonsevremaine.fr](mailto:accueil@clissonsevremaine.fr)

Aigrefeuille-sur-Maine - Bousay - Château-Thébaud - Clisson - Gétigné - Gorges - Haute-Goulaine - La Haye-Fouassière - La Planche  
Maisdon-sur-Sèvre - Monnières - Remouillé - Saint-Fiacre-sur-Maine - Saint-Hilaire-de-Clisson - Saint-Lumine-de-Clisson - Vieillevigne

