

Activité Sport 4 nages 1 et 2

Entraînement sportif une ou deux fois par semaine.

> Activité jeunes et adultes à partir de 16 ans



Description de l'activité :

Créneau orienté vers l'entraînement sportif. Vous viendrez nager 1 fois par semaine. Au programme perfectionnement de la technique, et amélioration du potentiel physique sur toutes les distances.

Vous aborderez toutes les nages reconnues par la Fédération française de Natation et apprendrez à gérer votre entraînement.

Ces deux activités sont annuelles.

Sport 4 nages 1

Entraînement sportif une fois par semaine.

Horaires de l'activité à la rentrée 2020:

Le mercredi de 20h30 à 21h25

Coût de l'activité: 210€.

Sport 4 nages 2

Entraînements sportifs deux fois par semaine.

Horaires de l'activité à la rentrée 2020:

Le lundi de 20h30 à 21h25 et le jeudi de 20h15 à 21h10

Coût de l'activité: 250€.

Piscine Aqua'val

📍 Esplanade de Klettgau
44190 Clisson

☎ 0240542456

[Envoyer un message](#)

Les activités adultes

- Activité Aquaphobes adulte
- Activité Apprentissage adulte
- Activité Perfectionnement adulte
- Activité Sport 4 nages 1 et 2
- Aide au choix adulte