

MARCHE Nordique




animatrice

Isabelle HELLIN



public

Adultes



lieux d'activité

Rendez-vous à l' extérieur

Jeudi : 14h00 - 16h00



cotisation

+ *adhésion*; - 18 ans 12 € / +18 ans 15€
certificat médical obligatoire

1 cours : 130 € / An



votre section

La marche nordique est un sport complet pour améliorer votre endurance, perdre du poids, et prendre soin de sa santé.

Elle mobilise tous les muscles du corps ainsi que le système cardio respiratoire. Les séances se déroulent en plain air.