FORMATION DE SPÉCIALISATION

BODYSLIM

DESCRIPTIF DE L'ACTIVITÉ

NIVEAU(X) D'INTENSITÉ

- Modéré

OBJECTIF(S)

- Muscu

ÉQUIPEMENTS PRÉCONISÉS

- Bottes, haltères sculpt et ceintures

PROFIL DU PRATIQUANT

- Majoritairement féminine et souhaitant tonifier l'ensemble de ses muscles

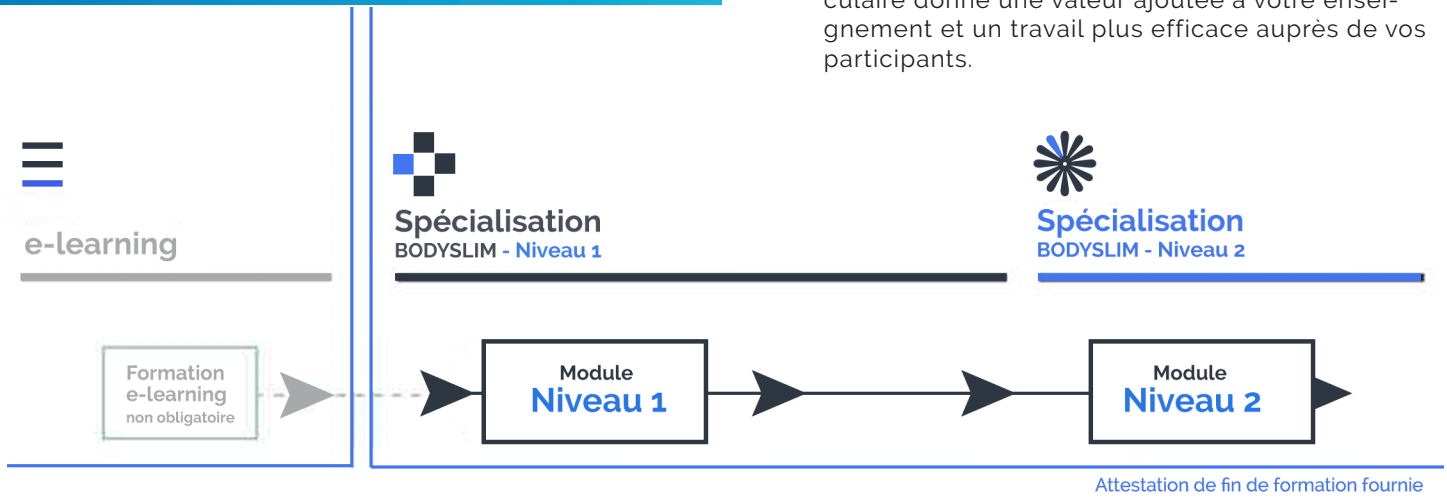
FORMATIONS DISPONIBLES
(1 JOUR / DE 1 À 10 PARTICIPANTS)

- Spécialisation INTRA / INTER
- Spécialisation niveau 2 INTRA / INTER

VOUS SOUHAITEZ DONNER UNE DIMENSION RENFORCEMENT MUSCULAIRE À VOS COURS D'AQUAGYM ?

Découvrez ce cours permettant de développer des séances plus actives et plus ludiques pour sortir du cadre classique de vos cours aquagym.

Une diversité de mouvements associés à des équipements spécifiques de renforcement musculaire donne une valeur ajoutée à votre enseignement et un travail plus efficace auprès de vos participants.



PROGRAMME DE JOURNÉE DISPONIBLE
SUR LE SITE **WWW.WATERFORM.COM**