

Marche Longe-Côte

"La mer s'est retirée de l'estuaire. Les fonds sablonneux et le relief du lit du fleuve sont visibles par endroit. C'est un moment idéal pour pratiquer la Marche Aquatique, aussi appelée Longe-Côte. Cette activité a le mérite de tonifier l'ensemble des muscles du corps qui travaillent en synergie, de favoriser la circulation sanguine, de prendre soin des articulations en se sentant plus léger dans l'eau et d'activer les mécanismes cardio-vasculaires....

01-mai-22	rendez-vous :	16:55	Fin:	19:25	01-août-22	rendez-vous :	Fin:		
02-mai-22	rendez-vous :	17:25	Fin:	19:55	02-août-22	rendez-vous :	7:00	Fin:	9:30
03-mai-22	rendez-vous :	17:55	Fin:	20:25	03-août-22	rendez-vous :	7:30	Fin:	10:00
04-mai-22	rendez-vous :		Fin:		04-août-22	rendez-vous :	8:05	Fin:	10:35
05-mai-22	rendez-vous :		Fin:		05-août-22	rendez-vous :	8:45	Fin:	11:15
06-mai-22	rendez-vous :	7:00	Fin:	9:30	06-août-22	rendez-vous :	9:30	Fin:	12:00
07-mai-22	rendez-vous :	7:30	Fin:	10:00	07-août-22	rendez-vous :	10:25	Fin:	12:55
08-mai-22	rendez-vous :	8:10	Fin:	10:40	08-août-22	rendez-vous :		Fin:	
09-mai-22	rendez-vous :	9:05	Fin:	11:35	09-août-22	rendez-vous :		Fin:	
10-mai-22	rendez-vous :	10:15	Fin:	12:45	10-août-22	rendez-vous :	14:25	Fin:	16:55
11-mai-22	rendez-vous :		Fin:		11-août-22	rendez-vous :	15:30	Fin:	18:00
12-mai-22	rendez-vous :		Fin:		12-août-22	rendez-vous :	16:30	Fin:	19:00
13-mai-22	rendez-vous :	13:55	Fin:	16:25	13-août-22	rendez-vous :	17:30	Fin:	20:00
14-mai-22	rendez-vous :	14:50	Fin:	17:20	14-août-22	rendez-vous :		Fin:	
15-mai-22	rendez-vous :	15:40	Fin:	18:10	15-août-22	rendez-vous :		Fin:	
16-mai-22	rendez-vous :	16:30	Fin:	19:00	16-août-22	rendez-vous :	7:15	Fin:	9:45
17-mai-22	rendez-vous :	17:15	Fin:	19:45	17-août-22	rendez-vous :	7:50	Fin:	10:20
18-mai-22	rendez-vous :		Fin:		18-août-22	rendez-vous :	8:20	Fin:	10:50
19-mai-22	rendez-vous :		Fin:		19-août-22	rendez-vous :	8:55	Fin:	11:25
20-mai-22	rendez-vous :		Fin:		20-août-22	rendez-vous :	9:35	Fin:	12:05
21-mai-22	rendez-vous :	7:45	Fin:	10:15	21-août-22	rendez-vous :	10:30	Fin:	13:00
22-mai-22	rendez-vous :	8:35	Fin:	11:05	22-août-22	rendez-vous :		Fin:	
23-mai-22	rendez-vous :	9:40	Fin:	12:10	23-août-22	rendez-vous :		Fin:	
24-mai-22	rendez-vous :	10:55	Fin:	13:25	24-août-22	rendez-vous :	14:25	Fin:	16:55
25-mai-22	rendez-vous :		Fin:		25-août-22	rendez-vous :	15:20	Fin:	17:50
26-mai-22	rendez-vous :		Fin:		26-août-22	rendez-vous :	16:05	Fin:	18:35
27-mai-22	rendez-vous :	14:15	Fin:	16:45	27-août-22	rendez-vous :	16:45	Fin:	19:15
28-mai-22	rendez-vous :	15:05	Fin:	17:35	28-août-22	rendez-vous :	17:20	Fin:	19:50
29-mai-22	rendez-vous :	15:45	Fin:	18:15	29-août-22	rendez-vous :	17:55	Fin:	20:25
30-mai-22	rendez-vous :	16:20	Fin:	18:50	30-août-22	rendez-vous :		Fin:	
31-mai-22	rendez-vous :	16:55	Fin:	19:25	31-août-22	rendez-vous :		Fin:	
01-juin-22	rendez-vous :	17:30	Fin:	20:00	01-sept-22	rendez-vous :		Fin:	
02-juin-22	rendez-vous :		Fin:		02-sept-22	rendez-vous :		Fin:	
03-juin-22	rendez-vous :		Fin:		03-sept-22	rendez-vous :		Fin:	
04-juin-22	rendez-vous :		Fin:		04-sept-22	rendez-vous :		Fin:	
05-juin-22	rendez-vous :	7:20	Fin:	9:50	05-sept-22	rendez-vous :		Fin:	
06-juin-22	rendez-vous :	7:55	Fin:	10:25	06-sept-22	rendez-vous :		Fin:	
07-juin-22	rendez-vous :	8:45	Fin:	11:15	07-sept-22	rendez-vous :		Fin:	
08-juin-22	rendez-vous :	9:45	Fin:	12:15	08-sept-22	rendez-vous :		Fin:	
09-juin-22	rendez-vous :		Fin:		09-sept-22	rendez-vous :		Fin:	
10-juin-22	rendez-vous :		Fin:		10-sept-22	rendez-vous :		Fin:	
11-juin-22	rendez-vous :		Fin:		11-sept-22	rendez-vous :		Fin:	
12-juin-22	rendez-vous :	14:05	Fin:	16:35	12-sept-22	rendez-vous :		Fin:	
13-juin-22	rendez-vous :	15:05	Fin:	17:35	13-sept-22	rendez-vous :		Fin:	
14-juin-22	rendez-vous :	16:00	Fin:	18:30	14-sept-22	rendez-vous :		Fin:	
15-juin-22	rendez-vous :	16:55	Fin:	19:25	15-sept-22	rendez-vous :		Fin:	
16-juin-22	rendez-vous :	17:45	Fin:	20:15	16-sept-22	rendez-vous :		Fin:	
17-juin-22	rendez-vous :		Fin:		17-sept-22	rendez-vous :		Fin:	
18-juin-22	rendez-vous :		Fin:		18-sept-22	rendez-vous :		Fin:	
19-juin-22	rendez-vous :	7:45	Fin:	10:15	19-sept-22	rendez-vous :		Fin:	
20-juin-22	rendez-vous :	8:35	Fin:	11:05	20-sept-22	rendez-vous :		Fin:	
21-juin-22	rendez-vous :	9:30	Fin:	12:00	21-sept-22	rendez-vous :		Fin:	
22-juin-22	rendez-vous :	10:25	Fin:	12:55	22-sept-22	rendez-vous :		Fin:	
23-juin-22	rendez-vous :		Fin:		23-sept-22	rendez-vous :		Fin:	
24-juin-22	rendez-vous :		Fin:		24-sept-22	rendez-vous :		Fin:	
25-juin-22	rendez-vous :		Fin:		25-sept-22	rendez-vous :		Fin:	
26-juin-22	rendez-vous :	14:20	Fin:	16:50	26-sept-22	rendez-vous :		Fin:	
27-juin-22	rendez-vous :	15:10	Fin:	17:40	27-sept-22	rendez-vous :		Fin:	
28-juin-22	rendez-vous :	15:55	Fin:	18:25	28-sept-22	rendez-vous :		Fin:	
29-juin-22	rendez-vous :	16:35	Fin:	19:05	29-sept-22	rendez-vous :		Fin:	
30-juin-22	rendez-vous :	17:15	Fin:	19:45	30-sept-22	rendez-vous :		Fin:	
01-juil-22	rendez-vous :	17:50	Fin:	20:20	01-oct-22	rendez-vous :		Fin:	
02-juil-22	rendez-vous :		Fin:		02-oct-22	rendez-vous :		Fin:	
03-juil-22	rendez-vous :		Fin:		03-oct-22	rendez-vous :		Fin:	
04-juil-22	rendez-vous :	7:10	Fin:	9:40	04-oct-22	rendez-vous :		Fin:	
05-juil-22	rendez-vous :	7:45	Fin:	10:15	05-oct-22	rendez-vous :		Fin:	
06-juil-22	rendez-vous :	8:25	Fin:	10:55	06-oct-22	rendez-vous :		Fin:	
07-juil-22	rendez-vous :	9:15	Fin:	11:45	07-oct-22	rendez-vous :		Fin:	
08-juil-22	rendez-vous :	10:05	Fin:	12:35	08-oct-22	rendez-vous :		Fin:	
09-juil-22	rendez-vous :		Fin:		09-oct-22	rendez-vous :		Fin:	
10-juil-22	rendez-vous :		Fin:		10-oct-22	rendez-vous :		Fin:	
11-juil-22	rendez-vous :		Fin:		11-oct-22	rendez-vous :		Fin:	
12-juil-22	rendez-vous :	14:40	Fin:	17:10	12-oct-22	rendez-vous :		Fin:	
13-juil-22	rendez-vous :	15:40	Fin:	18:10	13-oct-22	rendez-vous :		Fin:	
14-juil-22	rendez-vous :	16:40	Fin:	19:10	14-oct-22	rendez-vous :		Fin:	
15-juil-22	rendez-vous :	17:35	Fin:	20:05	15-oct-22	rendez-vous :		Fin:	
16-juil-22	rendez-vous :		Fin:		16-oct-22	rendez-vous :		Fin:	
17-juil-22	rendez-vous :		Fin:		17-oct-22	rendez-vous :		Fin:	
18-juil-22	rendez-vous :	7:35	Fin:	10:05	18-oct-22	rendez-vous :		Fin:	
19-juil-22	rendez-vous :	8:20	Fin:	10:50	19-oct-22	rendez-vous :		Fin:	
20-juil-22	rendez-vous :	9:00	Fin:	11:30	20-oct-22	rendez-vous :		Fin:	
21-juil-22	rendez-vous :	9:45	Fin:	12:15	21-oct-22	rendez-vous :		Fin:	
22-juil-22	rendez-vous :	10:30	Fin:	13:00	22-oct-22	rendez-vous :		Fin:	
23-juil-22	rendez-vous :		Fin:		23-oct-22	rendez-vous :		Fin:	
24-juil-22	rendez-vous :		Fin:		24-oct-22	rendez-vous :		Fin:	
25-juil-22	rendez-vous :		Fin:		25-oct-22	rendez-vous :		Fin:	
26-juil-22	rendez-vous :	14:45	Fin:	17:15	26-oct-22	rendez-vous :		Fin:	
27-juil-22	rendez-vous :	15:35	Fin:	18:05	27-oct-22	rendez-vous :		Fin:	
28-juil-22	rendez-vous :	16:20	Fin:	18:50	28-oct-22	rendez-vous :		Fin:	
29-juil-22	rendez-vous :	17:00	Fin:	19:30	29-oct-22	rendez-vous :		Fin:	
30-juil-22	rendez-vous :	17:40	Fin:	20:10	30-oct-22	rendez-vous :		Fin:	
31-juil-22	rendez-vous :		Fin:		31-oct-22	rendez-vous :		Fin:	