

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