



CLUB DE NATATION OSTWALD



SAISON 2023.2024

AQUAFORM

TOUT PUBLIC

Bien être

Anti-stress

VENEZ BOUGER SUR LE RYTHME DE LA MUSIQUE

**NAGEUR / NON-NAGEUR
RETROUVEZ LE PLAISIR DE L'EAU**

L'aquaform assouplit les articulations et permet au corps de se muscler et se tonifier en douceur

SEANCES D'ENTRAÎNEMENTS

Encadrement diplômé

1 séance Lundi ou Jeudi de 20h30 à 21h30, ou
2 séances Lundi et Jeudi de 20h30 à 21h30

NATATION VITALITE

Bien être

la simple nage est un sport complet

Anti-stress

Encadrement diplômé

Pour nageurs de plus de 16 ans
Natation dirigée et corrigée

1 séance : **Mardi de 20h30 à 21h30**

INSCRIPTIONS A LA PISCINE D'OSTWALD

A partir du 4 septembre 2023

Pendant les permanences du CNO

Les LUNDI, MARDI et JEUDI de 18h à 20h

Adresse de correspondance courriel : cno67@orange.fr