



Mermaiding - Nager comme une sirène - enfants dès 8 ans

Beschreibung	Apprenez à nager comme une sirène. Le Mermaiding est une discipline qui consiste à nager avec une queue de poisson. Cette activité aquatique se base sur la pratique de l'apnée dynamique avec monopalme, en y incluant une dimension artistique et ludique avec des figures, des parcours et des jeux. Relâchement et développement personnel sont au cœur du cours.
Voraussetzung	Il faut impérativement savoir nager, mettre la tête sous l'eau et être à l'aise en eau profonde.
Zielgruppe	Enfants dès 8 ans
Lernziele	<ul style="list-style-type: none">• Apprendre à nager avec une queue de poisson• Apprendre la technique de l'apnée dynamique
Zusatzinfo	A apporter : <ul style="list-style-type: none">• une bouteille d'eau• un masque couvrant les yeux et le nez• vos affaires personnelles pour la baignade• location de la queue de poisson CHF 30.-, forfait pour 10 leçons, pas obligatoire si vous avez votre propre matériel
Datum	auf Anfrage / D_71938
Dauer	Total 1.00 Lektion(en)
Preis	CHF 28.00
Durchführungsort	Ecole-club Migros Val-de-Travers (in Planung)