

RETROUVER LA CONFIANCE EN SOI  
" APPRIVOISER " L'EAU À SON RYTHME

UN TRAVAIL PROGRESSIF SUR LES  
TECHNIQUES DE RESPIRATION,  
IMMERSION ET FLOTTAISON...

TOUS LES MERCREDIS DE 12H45 À 13H30

# Vaincre LA PEUR DE l'eau

SAISON 2025/2026

