



AQUA'VILLA

Faites du sport autrement !



Bienvenue dans un lieu à part pensé pour tous

Situé à Cormontreuil à proximité de Reims, petits et grands n'auront que l'embarras du choix quant aux activités sportives à pratiquer. Au menu des adultes, une palette **d'activités aquatiques et terrestres**, toutes coachées par des professionnels diplômés et dispensées en petits groupes de 10 à 14 personnes maximum.

Quant aux enfants, ils ne sont pas en reste avec les cours d'**apprentissage à la nage**.

Un cadre familial dans lequel tout le monde se sent bien et où chacun peut se détendre autour d'un verre au salon d'accueil.

Parking à disposition pour un gain de temps appréciable.

Plusieurs activités sont proposées dans nos 2 bassins avec une eau chauffée entre 29° et 30° toute l'année pour un confort apprécié : **Aquabike – Aquagym – Aquarun – Aquaboard**

Les Aqua'Sports - Efficaces et doux pour le corps

Nos coachs professionnels diplômés vous accompagnent afin d'optimiser les bienfaits de vos séances, tant sur le plan esthétique que sur celui de la santé.

2 bassins avec une eau chauffée entre 29° et 30° toute l'année pour un confort apprécié.

Les sports dans l'eau, doux et sans impact, ménagent les articulations.

Par ailleurs l'effet massant et drainant de l'eau attaque les capitons et favorise la récupération musculaire. Pour autant, la dépense énergétique associée est elle bien supérieure à la même activité réalisée en terrestre !

-

Les activités terrestres – Bien-être et travail musculaire profond

Plusieurs disciplines vous sont proposées dans notre salle de sport à l'étage :

Pilates et Yoga sont dispensés par des coachs spécifiquement formés.

Ces activités allient un **travail musculaire profond** tout en permettant un lâcher prise et un **sentiment de détente intense**.