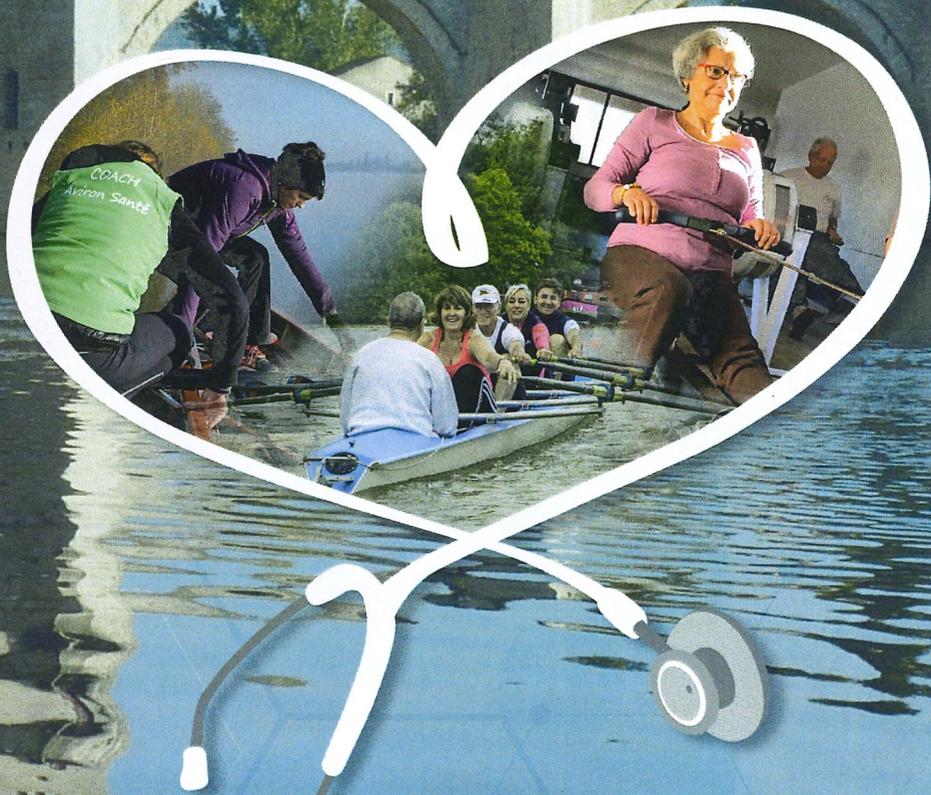


Aviron Santé

Un sport pour la vie !



[ffaviron.fr /sante](http://ffaviron.fr/sante)

FFAVIRON SANTÉ



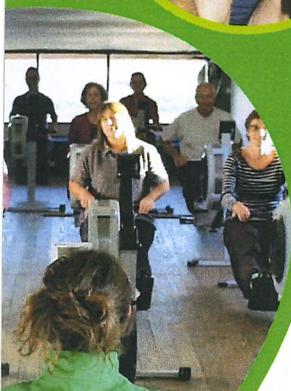
> LE PROGRAMME

- > Des **coaches Aviron Santé** formés pour vous accompagner ;
- > Des **clubs labellisés** pour vous accueillir ;
- > Des **pratiques adaptées** pour retrouver la forme (bateau, aviron indoor, travail au sol).



> LES BIENFAITS

- > **Améliorer votre endurance** en stimulant votre système cardiovasculaire et pulmonaire.
- > **Tonifier vos muscles** en mobilisant vos bras, vos jambes et votre buste de façon harmonieuse.
- > **Préserver vos articulations** en pratiquant une activité portée.
- > **Stabiliser votre poids** en ramant de façon modérée et prolongée.
- > **Développer votre coordination et votre équilibre** en adoptant une meilleure posture.



COACH
Aviron Santé

VOTRE CLUB VOUS ATTEND !



*Aviron Agenais
Rue Jean Laffore
47000 AGEN*

aviron.agenais47@gmail.com

www.aviron-agenais.fr

Tel : 06 87 86 71 69

(merci de laisser un message)