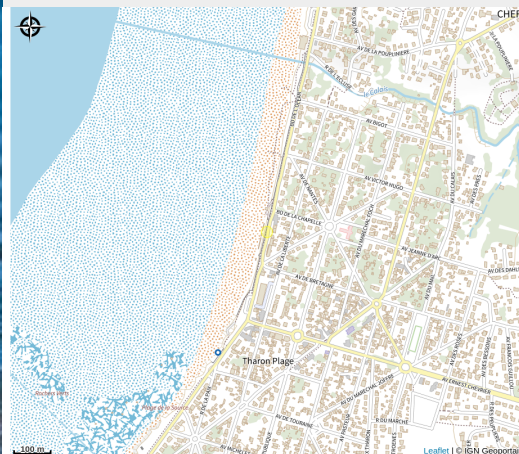


# Longe côte Tharon plage



Crédit photo : (JADE FIT SPORT NATURE)






*Longe côte avec Longe côte Tharon  
plage : une expérience unique !*

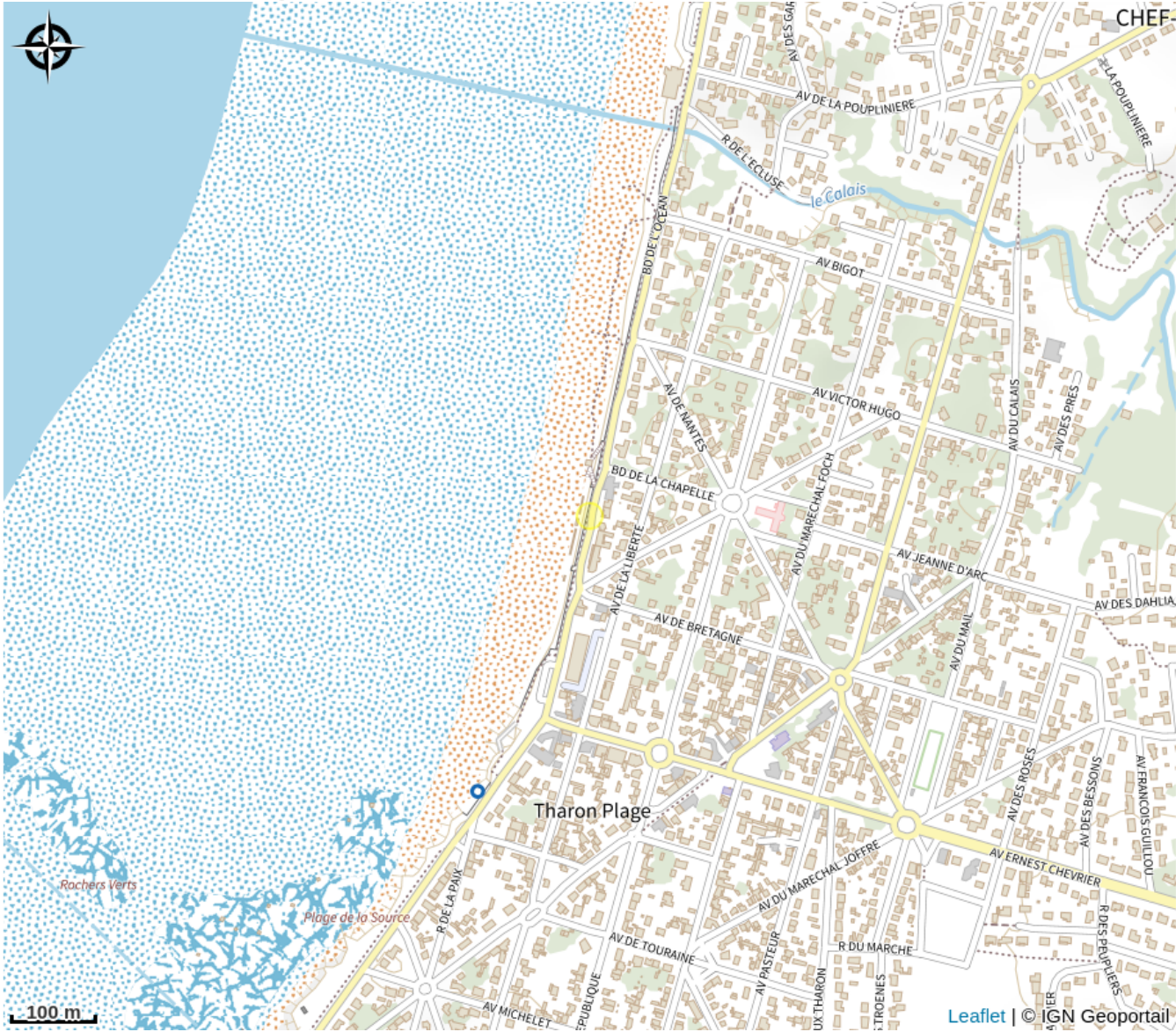
## Infos pratiques

Categorie : A faire

# Description

Envie d'une activité sportive et conviviale en bord de mer ? Laissez-vous tenter par le long côte avec Longe côte Tharon plage à Saint-Michel-Chef-Chef. Cette discipline accessible à tous vous permettra de découvrir la côte sous un nouveau jour, tout en tonifiant votre corps et en respirant l'air frais dans un cadre magnifique. Longe côte Tharon plage propose des séances de longe côte tout au long de l'année, aux adhérents et non. L'avantage de devenir adhérent En devenant adhérent, vous vous bénéficiez d'un prix réduit de la séance. L'offre comprend l'adhésion annuelle et l'adhésion de 5 mois ( d'avril à août ) Au programme : Les séances débutent par un échauffement sur la plage, suivi d'une marche aquatique dynamique dans l'eau jusqu'à la poitrine.  5 bonnes raisons de pratiquer le longe côte un sport accessible à tous, sans condition physique particulière une activité physique complète qui permet de travailler l'ensemble du corps un moment de détente et de plaisir en pleine nature l'occasion de découvrir la nature et ses paysages sublimes une équipe dynamique et passionnée qui vous accompagnera tout au long de l'activité dans une ambiance conviviale  Réservez dès maintenant ! (car les places sont limitées) Réservation obligatoire sur le site Internet ou ici  Bon à savoir prévoir le maillot de bain possibilité de louer les équipements (combinaison, gants et chaussons) sur place rendez-vous 20 min avant l'heure de la séance au poste de secours de Tharon plage (adresse: 120 Boulevard de l'Océan à Saint-Michel-Chef-Chef) vestiaires disponibles hors juillet et août pour se changer sur place et laisser les affaires en sécurité L'établissement Longe côte Tharon plage fait partie des nombreuses activités et loisirs de Saint-Michel-Chef-Chef, présentés par l'Office de Tourisme Destination Pornic

# Situation géographique



# Toutes les infos pratiques

## Contact

Boulevard de l'Océan  
44730 SAINT-MICHEL-CHEF-CHEF

[romain@ouestcoaching.fr](mailto:romain@ouestcoaching.fr)

<http://jfsn.fr>