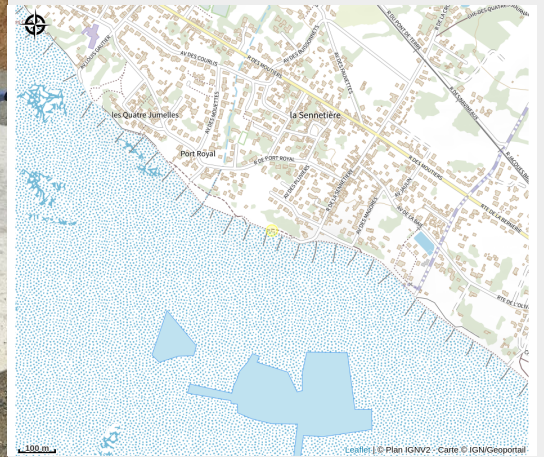


Plateau fitness en accès libre connecté



Crédit photo : (DR)



Faites de l'exercice en plain air quand vous le souhaitez.

Infos pratiques

Categorie : A faire

Description

Le plateau de fitness est constitué d'une station AirFit 4 faces avec 4 agrès : banc abdos, banc lombaire, barre traction, chaise romaine, d'un vélo elliptique, d'une chaise « single push », d'une échelle de rythme et de plots pour le step.

Une application AIRFIT pour smartphone permet de visualiser les exercices pouvant être réalisés sur chaque agrès, en fonction du renforcement musculaire souhaité. Pourquoi faut-il absolument passer faire son sport ici ? L'endroit est idéal pour faire du sport et s'aérer. La vue est superbe Vous parcourez le bord de la côte sur le GR8, tout proche de la mer en faisant votre jogging. Arrêtez vous un instant pour faire des exercices !

Toutes les infos pratiques

Contact

Port Royal
44760 LA BERNERIE-EN-RETZ