

EQUIVALENCE MATERIEL POUR LES ACTIVITES SPORTIVES

Si vous ne voulez pas investir dans du matériel, quelques suggestions...

Nos animateurs vous indiqueront le matériel à apporter pour la séance

 <p>Haltères ou bandes lestées</p>	 <p>Petites bouteilles d'eau 50 cl ou 1 L</p>
 <p>Elastiband</p>	 <p>Echarpe souple</p>
 <p>Baton</p>	 <p>Manche à balai</p>
 <p>Tapis de sol</p>	 <p>Plaid et/ou serviette</p>