

Bien-être 100% Bassin: hors des sentiers battus

La marche nordique fait de plus en plus d'adeptes. Activité de plein air, douce et sportive elle conquière les amoureux des grands espaces tout en procurant une sensation de bien-être « immédiat ». Et le Bassin d'Arcachon lui donne un terrain de jeu incomparable ! Rencontre avec Nathlie Gilbert, coach sportive.