

# ACTIVITÉS & TARIFS

## TARIFS ENTRÉE PISCINE

	Unité	10 séances
Entrées enfants/réduits	2,10 €	16,50 €
Entrées adultes	3,30 €	27,10 €

**Midi détente** : Bassin balisé permettant à ceux qui le souhaitent d'effectuer des longueurs en toute tranquillité. Prêt de matériel (planches, pull-boy).  
Lundi, mardi, jeudi et vendredi : 12h00 à 13h45.

## LEÇONS DE NATATION

Apprentissage de la natation pour les enfants et les adultes.

	Unité	10 séances
Leçons enfants	-	48,85 €
Leçons adultes	-	78,05 €

## ACTIVITÉS VACANCES SCOLAIRES

	Jours et Horaires	Tarif
<b>Aquagym</b>	Lundi 13h30 à 14h15 Mercredi 18h00 à 18h45 (vacances d'été)	6,00 € enfants 6,00 € adultes la séance (entrée comprise)
<b>Activités diverses</b> (en fonction des vacances : water-polo, plongeon, parcours enfant, aquabike, training, perfectionnement....)	Vendredi 13h30 à 14h15	

## ACTIVITÉS AQUATIQUES

\* Tarifs sans l'entrée piscine

	Jours et Horaires	10 séances*
<b>AquaBébés</b> : de 18 mois à 6 ans, découverte de l'eau à travers des ateliers avec les parents et un éducateur sportif. Une eau à 32°C.	Dimanche 9h00 à 9h45	38,25 €*
<b>AquaAdultes</b> : perfectionnement nage, apprentissage crawl...	Lundi 18h00 à 18h45	38,25 €*
<b>AquaEnfants</b> : de 6 ans à 14 ans, nageurs débutants qui souhaitent se perfectionner et découvrir une autre nage.	Mardi 18h00 à 18h45	38,25 €*
<b>Aquaphobie</b> : aide à vaincre sa peur de l'eau et débiter l'apprentissage.	Vendredi 18h00 à 18h45	38,25 €*
<b>Aquagym</b> : adultes nageurs et non nageurs. Une multitude d'exercices physiques permettent d'entretenir sa forme et sa vitalité au travers d'une activité conviviale.	Lundi 17h15 à 18h00, Mardi 12h30 à 13h15, Jeudi 12h30 à 13h15 et 18h00 à 18h45, Vendredi 12h15 à 13h00 et 17h15 à 18h00 Samedi 14h00 à 14h45	38,25 €*
<b>Aquagym douce</b> : aquagym en douceur pour les séniors, les personnes désirant reprendre une activité sportive en douceur.	Lundi 16h15 à 17h00	38,25 €*
<b>Aquatrainig</b> : activité physique complète qui permet d'allier plaisir, détente, travail musculaire et cardio-vasculaire, sportifs ou non, nageurs ou non. La séance se déroulera sur 45 min en cours collectif et sous forme de circuit training.	Mercredi 18h00 à 18h45 (24 places max)	62,90 €*
<b>Aquabike</b> : accompagné par un éducateur sur une séance de 30 min avec des exercices variés	Mardi 17h15 à 17h45 (9 places max)	72,90 €*
<b>Prénatale et Postnatale</b> : activité adaptée pendant et après la grossesse, avec une sage-femme de l'hôpital. Détente, relaxation, renforcement musculaire dans une eau à 30°C.	Lundi de 12h15 à 13h00	Gratuit*