

AQUASUD

Vacances de printemps

DU MARDI 16 AU
SAMEDI 27 AVRIL 2024

Aquagym Cours de natation
Aqua jogging

HORAIRES D'OUVERTURE AU PUBLIC :

LUNDI - FERMÉE
MARDI DE 14H À 18H
MERCREDI DE 14H À 20H
JEUDI DE 14H À 18H
VENDREDI DE 14H À 20H
SAMEDI DE 9H30 À 12H30 ET DE 14H À 18H
DIMANCHE - FERMÉE

Principaux Tarifs*

	Tarif ComCom	Tarif Hors ComCom
PUBLIC	Entrée Adulte 18 ans et +	4,15€
	Entrée Enfant de 3 à 17ans	2,50€
	10 entrées « Adulte » **	38,15€
	25 entrées « Adulte »**	86,85€
	10 entrées « Enfant » 3 - 17 ans**	23,50€
	25 entrée « Enfant » 3 - 17 ans**	57,45€
ACTIVITÉS	Bébé < 3 ans	gratuit
	Activité à la séance	7,85€
	« Activité à la séance »: Aquabike forfait de 5 séances consécutives	39,20€
	Activité au trimestre	49,35€
	Cours de natation (30 min)	16,85€ + entrée
	École de natation au trimestre	133,05€
Perte de bracelet	5,60€	5,90€

*Sous réserve de modification

**Les entrées pré-achetées sont valables 2 ans

- LA BALNÉOTHÉRAPIE EST FERMÉE -

**ÉCOLE DE NATATION, AQUAGYM, AQUAJOGGING,
DEMANDER LE FLYER DES ACTIVITÉS
POUR LES VACANCES DE PRINTEMPS**

AQUAGYM (à partir de 16 ans)

les mardis à 12h30
et à 18h

- 3/4 d'heure de cours -

Cours d'aquagym pratiqués en musique dans un milieu non traumatisant.

Effets bénéfiques :

- > Renforcement de la ceinture abdominale
- > Amélioration des qualités physiques et musculaires
- > Aucun traumatisme sur les articulations
- > Stimulation de la circulation grâce aux micro-massages effectués par l'eau
- > Diminution de la douleur lombaire par soulagement du poids du corps dans l'eau
- > Relaxation et diminution du stress grâce à l'action apaisante de l'eau.

COURS DE NATATION (à partir de 5 ans)

Enfant, Ados et Adultes
Tous niveaux

les matins
du mardi au vendredi
à 10h15, 11h et à 11h45

- > Apprentissage et perfectionnement de la nage
- > Enseignement dispensé par nos MNS
- > Ligne d'eau réservée

**AQUASUD
CREUSE GRAND SUD**

les vendredis
- 3/4 d'heure de cours -

Aquajogging en apensanteur avec de véritables bienfaits sur l'organisme (cf. AQUAGYM). Cette activité, nécessitant une certaine aisance aquatique, se déroule dans le bassin sportif. Chaque Aquajogger est équipé d'une ceinture permettant la flottaison.

AQUASUD
Vacances de printemps
DU MARDI 16 AU
SAMEDI 27 AVRIL 2024

Aquagym Cours de natation
Aquajogging

ACTIVITÉS

intercommunale Creuse Grand Sud
Jean-Marie Couturier, 23200 - AUBUSSON
contact.piscine@creuse-grand-sud.fr
05 55 67 71 01

AQUASUD

Piscine Intercommunale Creuse Grand Sud

Allée Jean-Marie Couturier - 23200 Aubusson

05 55 67 71 01 - contact.piscine@creuse-grand-sud.fr

www.creuse-grand-sud.fr