

# AQUASUD

## Vacances d'Été

DU MARDI 9 JUILLET  
AU SAMEDI 31 AOÛT 2024



Aquagym Pistoche à histoires  
Cours de natation  
Aquajogging

### 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

**FERMÉE LE JEUDI 15 AOÛT - FÉRIÉ**

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

## Principaux Tarifs\*

	Tarif ComCom	Tarif Hors ComCom	
PUBLIC	Entrée Adulte 18 ans et +	4,15€	5,40€
	Entrée Enfant de 3 à 17ans	2,50€	3,40€
	10 entrées « Adulte » **	38,15€	49,35€
	25 entrées « Adulte »**	86,85€	114,90€
	10 entrées « Enfant » 3 - 17 ans**	23,50€	31,40€
	25 entrée « Enfant » 3 - 17 ans**	57,45€	77,10€
	Bébé < 3 ans	gratuit	gratuit
ACTIVITÉS	Activité à la séance	7,85€	10,10€
	« Activité à la séance »: Aquabike forfait de 5 séances consécutives	39,20€	50,40€
	Activité au trimestre	49,35€	63,90€
	Cours de natation (30 min)	16,85€ + entrée	
	École de natation au trimestre	133,05€	168,30€
	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, PISTOCHE À HISTOIRES, DEMANDER LE FLYER DES ACTIVITÉS - ÉTÉ 2024

### AQUAJOGGING (à partir de 16 ans) les mardis à 18h

- 3/4 d'heure de cours -  
Cours d'aquajogging 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 stress dans l'eau
- > Relaxation et diminution de l'eau, grâce à l'action apaisante de l'eau.

**AQUASUD**  
CREUSE GRAND SUD

### (à partir de 10 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

Cette activité est réservée à une certaine aisance aquatique, se déroule dans le bassin sportif. Chaque Aquajogger est équipé d'une ceinture permettant la flottaison.

### Pistoche à histoire Tout public (à partir de 4 ans)

les mercredis 10, 17, 24 & 31 juillet + 7, 14 & 21 août à 16h30

- > Animation gratuite, sur la terrasse en bois de la piscine, réservée aux usagers présents dans le centre aquatique (en cas de mauvais temps, les lectures auront lieu dans l'espace Balnéo)
- > Rendez-vous proposé et animé par la médiathèque intercommunale



AQUASUD

Piscine Intercommunale Creuse Grand Sud

Allée Jean-Marie Couturier - 25200 Aubusson

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

[www.creuse-grand-sud.fr](http://www.creuse-grand-sud.fr)