



Communauté
des Communes
Giennoises



Regard sur les loisirs



Centre Aquatique du
Giennois

02 38 67 69 54

www.cc-giennoises.fr

centreaquatique@cc-giennoises.fr

LES ÉQUIPEMENTS

EN INTÉRIEUR

- **UN BASSIN DE 25 MÈTRES** - profondeur 1,80m
6 couloirs de nages homologués
- **UN BASSIN D'APPRENTISSAGE** - profondeur de 0,60m à 1,30m
Idéal pour les activités de loisirs et d'aqua-sports
- **UNE PATAUGEOIRE** - profondeur de 0,40m à 0,20m au bord
Agrémentée de jeux d'eau
- **UN ESPACE BIEN-ÊTRE**
Un sauna, un hammam, un spa, 2 douches massantes et un solarium

EN EXTÉRIEUR

- **UN BASSIN DE 50 MÈTRES** - profondeur de 1,30m à 2,30m
6 couloirs de nages
- **UNE LAGUNE DE JEUX** - superficie de 100m²
- **UN PANTAGLISS** - 3 pistes de 20m de long
- **UNE FOSSE D'ESCALADE** - profondeur de 3,80m
Avec des murs d'escalade de 3m et 5m
- **UN SOLARIUM + FOODTRUCK**

À SAVOIR

- Les **shorts de bain**, les **caleçons** et les **sous-vêtements ne sont pas autorisés**, les nageurs doivent porter un maillot de bain.
- Les enfants de **moins de 8 ans** doivent être accompagnés d'un adulte.
- L'accès au bassin sera **interdit 30 minutes avant la fermeture** de l'établissement, et **l'évacuation des bassins aura lieu 15 à 30 minutes avant la fermeture** de l'établissement.
- Le centre aquatique est accessible aux personnes à mobilité réduite.

LES ACTIVITÉS

● **AQUA PALMES : 45min**

À la recherche d'une activité cardio pour galber jambes et fessiers ? L'Aqua Palmes est une activité de haute intensité, inspiré de la natation où il est impératif de savoir nager.

● **AQUA GYM : 45min**

L'activité la plus populaire de la piscine ! Cours de faible à moyenne intensité : accessible à tous, quel que soit l'âge ou la condition physique.

● **AQUA BIKE : 30min**

Pour pédaler au chaud toute l'année, une activité accessible à tous, l'intensité varie en fonction du coach.

● **AQUA TRAINING : 45min**

Peur d'un cours ennuyeux ? Impossible avec l'Aqua Training : circuit composé de vélos, trampolines, tapis de course aquatique, haltères ... Chaque coach dynamise le cours à sa façon !

● **AQUA RELAX : 45min**

Activité de relaxation, basée sur des étirements et des mouvements lents, sans aucune résistance, accompagnée de musique douce.

● **AQUA POWER : 45min**

Équipé d'altères aux bras, tonifiez votre corps avec des exercices rythmés. Tout votre corps sera sollicité. Parfait pour affiner la silhouette et améliorer votre cardio.

● **PRÉNATALE : 45min**

Activité visant à se détendre et à préparer sereinement son accouchement.

● **BÉBÉ NAGEUR : 2heures**

Pour initier votre bébé aux plaisirs de l'eau.

● **AQUAPHOBIE : 45min**




















En groupe restreint, apprivoisez l'eau à votre rythme tout en apprenant les techniques de respiration, d'immersion et de flottaison.

● **PERFECTIONNEMENT ADULTE : 45min**

Ces cours collectifs vous permettront d'améliorer votre endurance et votre technique.

ACTIVITÉS EN PÉRIODE SCOLAIRE

AQUA SPORTS

	AQUA PALMES		AQUA GYM		AQUA BIKE		AQUA TRAINING		AQUA RELAX		AQUA POWER	
Lundi		10h30-11h15		10h30-11h15		12h30-13h00		19h00-19h45	-			-
		19h00-19h45		18h00-18h45								
Mardi	-			12h30-13h15		19h15-19h45	-		-		18h15-19h00	
Mercredi	-			18h00-18h45		12h30-13h00		19h00-19h45	-	-		
Jeudi	-			18h15-19h00		12h30-13h00	-			16h00-16h45		19h15-20h00
Vendredi	-			12h30-13h15		18h30-19h00		19h15-20h00	-	-		

ÉCOLE INTERCOMMUNALE DES SPORTS

	PRÉNATALE	BÉBÉ NAGEUR	BANBIN'EAU 3/4 ANS	MARM'EAU 5/6 ANS	D'EAULPHINS 6/8 ANS	LOISIRS 9/12 ANS	AQUAPHOBIE	PERFECTIONNEMENT ADULTE	ANNIVERSAIRE
Lundi	-	-	-	-	-	-	11h30-12h15 16h00-16h45	11h30-12h15	-
Mardi	-	-	-	-	-	-	-	12h30-13h15	-
Mercredi	-	-	11h15-12h00 16h15-17h00	10h30-11h15 15h30-16h15	14h15-15h15 17h00-18h00	15h30-16h30	-	-	-
Jeudi	-	-	-	-	17h15-18h15	-	-	-	-
Vendredi	-	-	-	-	17h15-18h15	-	-	-	-
Samedi	9h00-9h45	10h00-12h00	-	-	-	-	-	-	14h00-16h00

BAMBIN'EAU : familiarisation à l'eau, découverte des réflexes et des bases de la natation pour les enfants de 3 à 4 ans, pouvant être accompagnés d'un parent et sous les conseils d'un éducateur.

MARM'EAU : aider l'enfant à acquérir une autonomie aquatique (5-6 ans).




D'EAULPHINS : apprentissage de la natation et des différentes nages (6-8 ans).

LOISIRS : perfectionnement des 4 nages (9-12 ans).

STAGE NATATION : découverte et apprentissage de la natation durant les petites vacances scolaires.

Les âges sont donnés à titre indicatif, l'accès aux différents groupes sera confirmé par un test effectué par un éducateur.

Niveaux de difficulté

-  Doux
-  Modéré
-  Intense

TARIFS ENTRÉES

ENTRÉE PUBLIQUE - PISCINE

	Tarifs adultes	Tarifs réduits* (- de 16 ans, étudiants, personnes handicapées ou +de 70 ans)
1 entrée	4,50 €	3,50 €
10 entrées	40,00 €	30,00 €
Abonnement trimestriel (illimité)	70,00 €	52,00 €
Abonnement annuel (illimité)	230,00 €	150,00 €
1 entrée réduite pour tous (le jeudi de 11h30 à 13h30)	2,00 €	2,00 €
1 entrée évènementiel (le vendredi soir)	15,00 €	-

Tarif réduit * : sur présentation d'un justificatif

LEÇONS DE NATATION

	Tarifs adultes	Tarifs réduits* (- de 16 ans, étudiants, personnes handicapées ou +de 70 ans)
1 leçon (entrée comprise)	19,50 €	18,50 €
10 leçons (entrées comprises)	190,00 €	180,00 €

Tarif réduit * : sur présentation d'un justificatif

ENTRÉE ESPACE BIEN-ÊTRE

	Tarifs unitaires	Abonnement (10 entrées)
Entrée (piscine+bien-être)	14,00 €	125,00 €
Gobelet espace bien-être (l'unité)	1,00 €	-

TARIFS ENTRÉES

ANIMATIONS SPORTIVES INTERCOMMUNALES

	Tarifs unitaires	Abonnement (10 entrées)
Séance bébé nageur	14,00 €	120,00 €
Séance aquasport	13,00 €	115,00 €
Séance École Intercommunale des Sports	8,00 €	72,00 €
Abonnement Annuel École Intercommunale des Sports (période scolaire uniquement)	195,00 €	-
Stage natation (forfait semaine)	50,00 €	-
Anniversaire sans gâteau (tarif par enfant) : privatisation 3 lignes d'eau avec structure gonflable (1h) et privatisation d'une salle à l'étage (1h)	8,00 €	-

ABONNEMENTS MENSUELS

	Tarifs
Abonnement Piscine + Aquasport en illimité	40,00 €
Abonnement Piscine + Espace bien-être en illimité	43,00 €
Abonnement Piscine + Aquasport + Espace bien-être en illimité	52,00 €

BRACELETS (ACCÈS ESPACE BIEN-ÊTRE)

CARTES (ACCÈS BASSINS)

	Tarifs
Premier achat de la carte d'accès	2,00 €
Renouvellement de la carte d'accès en cas de perte ou de vol	4,00 €
Premier achat du bracelet (pour les abonnements)	5,00 €
Renouvellement du bracelet en cas de perte ou de vol	10,00 €

HORAIRES

PÉRIODE SCOLAIRE

	Piscine		Espace Bien-être	
Lundi	9h30-13h30	17h00-19h45	10h00-19h45	
Mardi	11h30-13h30	17h00-19h45	10h00-19h45	
Mercredi	12h00-13h30	17h00-19h45	10h00-19h45	
Jeudi	11h30-13h30	17h00-19h45	10h00-19h45	
Vendredi	11h30-13h30	17h00-21h00	10h00-21h00	
Samedi	-	14h00-18h00	10h00-12h00	14h00-18h00
Dimanche	9h00-13h00	-	9h00-13h00	-

PETITES VACANCES SCOLAIRES

	Piscine		Espace Bien-être	
Lundi	10h00-13h15	14h30-19h45	10h00-13h15	14h30-19h45
Mardi	10h00-13h15	14h30-19h45	10h00-13h15	14h30-19h45
Mercredi	10h00-13h15	14h30-19h45	10h00-13h15	14h30-19h45
Jeudi	10h00-13h15	14h30-19h45	10h00-13h15	14h30-19h45
Vendredi	10h00-13h15	14h30-21h00	10h00-13h15	14h30-21h00
Samedi	-	14h00-18h00	10h00-12h00	14h00-18h00
Dimanche	9h00-13h00	-	9h00-13h00	-

GRANDES VACANCES SCOLAIRES

	Piscine	Espace Bien-être
Lundi	10h00-19h30	10h00-19h30
Mardi	10h00-19h30	10h00-19h30
Mercredi	10h00-19h30	10h00-19h30
Jeudi	10h00-19h30	10h00-19h30
Vendredi	10h00-21h00	10h00-21h00
Samedi	10h00-19h00	10h00-19h00
Dimanche	10h00-18h30	10h00-18h30