



Communauté  
des Communes  
**Giennoises**



*Regard sur les loisirs*



Centre Aquatique du  
**Giennois**

**02 38 67 69 54**

[www.cc-giennoises.fr](http://www.cc-giennoises.fr)

[centreaquatique@cc-giennoises.fr](mailto: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  
Agrémente 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 100m<sup>2</sup>
- 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 19h00-19h45	10h30-11h15 18h00-18h45	12h30-13h00	19h00-19h45	-	-
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 adutes	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 adutes	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