

2024 - 2025

# Aquagym et natation



**Piscine Charles Kaufmann**  
Champigneulle

**Piscine Nautic Plus**  
Pompey

Bassin de Pompey

# LES COURS DU 9 SEPTEMBRE 2024 AU 29 JUIN 2025

## Piscine Charles Kaufmann - Champigneulle

JOUR	HORAIRE		ANIMATEUR	NIVEAU
LUNDI	10:00	10:30	Alexandre	AQUA BIKE
	12:15	13:00	Thierry	NATATION PERSONNALISÉE
	12:15	13:00	Allan	AQUA TONIC
	15:00	15h45	Ludovic	AQUAPHOBIE
	16:00	16:45	Ludovic	AQUA CIRCUIT TRAINING
	16:50	17:20	Théo	AQUA BIKE intensif
	17:30	18:00	Alexis	AQUA BIKE intensif
	18:10	18:55	Théo	AQUA TONIC
	19:00	19:45	Alexis	AQUA TONIC
	20:00	20:40	Alexis	AQUA PALMES
MARDI	8:35	9:20	Ludovic	AQUA GYM
	12:15	13:00	Thierry	AQUA TONIC - AQUA CIRCUIT
	18:15	19:00	Anne-Julia	AQUA TONIC
	19:10	19:40	Anne-Julia	AQUA GYM <i>Réservé aux non-voyants</i>
	20:00	20:45	Allan	AQUA TONIC
MERCREDI	10:55	11:35	MNS	AQUA EFFORT
	18:30	19:15	MNS	AQUA CIRCUIT TRAINING
JEUDI	16:10	16:55	Allan	AQUA GYM
	17:05	17:50	Ludovic	AQUA GYM
	18:00	18:45	Alexandre	AQUA TONIC
	18:55	19:40	Thierry	AQUA TONIC
VENDREDI	15:00	15:30	Théo	AQUA BIKE
	15:35	16:05	Alexandre	AQUA BIKE
	15:00	15:45	Allan	NATATION PERSONNALISÉE
	16:10	16:55	Ludovic	NATATION ADULTE Apprentissage
	16:00	16:45	Alexis	NATATION ADULTE Perfectionnement
SAMEDI	09:15	10:00	MNS	AQUA TONIC
	11:00	11:40	MNS	AQUA EFFORT

## Piscine Nautic Plus - Pompey

JOUR	HORAIRE		ANIMATEUR	NIVEAU
LUNDI	15:45	16:30	Aurélie	AQUA MIX
	20:00	20:45	Clément	CIRCUIT TRAINING
MARDI	12:15	12:45	Aurélie, Hugo, Clément	AQUA BIKE intensif
	12:50	13:20	Aurélie, Hugo, Clément	AQUA BIKE intensif
	15:00	15:45	Hugo	AQUA TONIC
	16:00	16:40	Amélie, Aurélie	ÉVEIL AQUATIQUE
JEUDI	14:55	15:40	Hugo	AQUAPHOBIE
	15:00	15:45	Clément	NATATION ADULTE Perfectionnement
VENDREDI	10:00	10:40	Amélie, Aurélie	ÉVEIL AQUATIQUE
	15:00	15:45	Roulement MNS	AQUA TONIC
SAMEDI	13:00	13:45	Roulement MNS	AQUA GYM

**AQUA GYM** > Cours tout public, renforcement musculaire

**AQUA TONIC** > Cours rythmés, renforcement musculaire

**AQUA MIX** > Cours très rythmés en petite et grande profondeur

**AQUA EFFORT** > Cours dans le grand bassin

**AQUA PALMES** > Cours dans le grand bassin avec des palmes

*Condition : savoir nager avec des palmes*

**AQUA CIRCUIT TRAINING** > Cours sur différents ateliers : *aquabike, trampoline, step, boxe, aquagym, etc.*

**AQUA BIKE** > Cours de vélo orchestré par un coach sportif (petit bassin)

**AQUAPHOBIE** > Vaincre la peur de l'eau

**NATATION PERSONNALISÉE** > Perfectionnement, entraînement, préparation à un concours, uniquement dans le grand bassin

**NATATION ADULTE**

**Apprentissage** > Cours débutant (petit bassin)

**Perfectionnement** > Cours personnalisé (grand bassin)

**ÉVEIL AQUATIQUE** pour les tout petits (moins de 4 ans)

*Certains cours peuvent être animés avec ou sans musique*

# TARIFS ET INSCRIPTIONS

Le paiement peut se faire à l'année ou au trimestre.

Pour les abonnés des saisons précédentes, il est impératif de venir aux inscriptions avec sa carte piscine afin que celle-ci soit mise à jour. Toute carte perdue sera facturée 5 €.

Tout trimestre commencé sera dû intégralement. Pour les personnes désirant s'inscrire en cours de trimestre, elles devront s'acquitter intégralement du tarif ci-dessous, ou attendre le trimestre suivant.

**Pas de cours durant les vacances scolaires et jours fériés**  
**> aucun cours ne sera récupéré**

Fréquence	Période	Tarifs		Tarifs aquabike	
		Résidents Bassin de Pompey	Non résidents	Résidents Bassin de Pompey	Non résidents
1 cours par semaine	paiement au trimestre	76,25 €	84,40 €	90,05 €	99,10 €
	paiement à l'année	204,55 €	225 €	240,15 €	264,20 €
2 cours par semaine	paiement au trimestre	128,70 €	141,35 €	-	-
	paiement à l'année	298,75 €	328,65 €	-	-

**Inscriptions dans les piscines**  
**À partir du 10 juin 2024 pour les réinscription**  
**aux heures de cours habituels**  
**À partir du 17 juin 2024 pour les nouveaux inscrits**

Pensez à vous munir de votre fiche d'inscription, de votre règlement, d'un justificatif de domicile pour les résidents du Bassin de Pompey et de votre carte piscine le cas échéant (Perte de carte d'entrée : 5 €) - Places limitées



## **Piscine Charles Kaufmann**

Rue des Talintés - 54250 CHAMPIGNEULLES

Tél : 03 83 34 23 47 - piscine.champigneulles@bassinpompey.fr

## **Piscine Nautic Plus**

Avenue Gambetta - 54340 POMPEY

Tél : 03 83 49 15 34 - piscine.pompey@bassinpompey.fr