

PLANNING DES ACTIVITES HORS VACANCES SCOLAIRES

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
		NATATION ENFANTS 10h10 – 11h00 11h10 – 12h00			AQUABIKE 10h15 – 11h00
AQUABIKE 12h20 – 13h05	AQUAPALMES CARDIOSCULPT 12h20 – 13h05	NATATION ENFANTS/ADOS 13h10 – 14h	AQUAGYM 12h20 – 13h05	AQUABIKE 12h20 – 13h05	NATATION ADOS/ADULTE 11h15 – 12h15
OUVERTURE PUBLIC 16h		OUVERTURE PUBLIC 14h	NATATION ENFANTS 16h55 – 17h45 17h50 – 18h40	OUVERTURE PUBLIC 16h	OUVERTURE PUBLIC 14h Evacuation du bassin à 17h45
Evacuation du bassin à 19h	AQUABIKE 16h05 – 16h50	Evacuation du bassin à 18h45	NAGES AVEC PALMES 17h50 – 18h40	Evacuation Du bassin à 19h	AQUA PALMES CARDIOSCULPT 17h50 – 18h35
NAT ADULTES 19h00 – 20h00	AQUAGYM GV GAVET 17h – 17h45 GV VIZILLE 17h55 – 18h40 18h50 – 19h35	AQUAGYM GV SECHILIENNE 18h50 – 19h35	AQUAGYM GV VIZILLE 18h50 – 19h40	AQUAGYM GV GAVET 19h05 – 19h50	
AQUABIKE 20h10 – 20h55	AQUABIKE 19h45 – 20h30	NAT ADULTES 19h40 – 20h40	AQUABIKE 19h45 – 20h30	AQUABIKE 20h – 20h45	

PLANNING VACANCES SCOLAIRES

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
OUVERTURE PUBLIC à 14h Evacuation du bassin à 18h45					OUVERTURE PUBLIC 14h - 17h45

TARIFS	Hors commune	Habitants commune
OUVERTURE PUBLIC	Adulte 6€ /Enfant 3€ / 10 Entrées : Adulte 40€ / Enfant 18 € Carte Année : Adulte 170€ / Enfant 85€	Tarifs préférentiels
NATATION ENFANTS ET ENFANTS/ADOS (50 min)	145€/an	135€/an
NATATION ADULTES (1h)	165€/an	155€/an
NATATION ADOS/ADULTES (1h) Samedi 1 ^{er} et 3 ^{ème} trimestre	105€/an	110€/an
AQUABIKE (45 min)	132€/1 trimestre / 250€/2 trimestres et 360€/an	
AQUAGYM/AQUA CARDIOSCULPT (45min)	12€/séance ou 80€/11 séances	
AQUAGYM GV (50 min)	Se renseigner auprès des associations de Gym Volontaires	
NAGE AVEC PALMES (50 min) 1 ^{er} et 3 ^{ème} trimestre	100€/an/adulte et 80€/an/ados	90€/an/adultes et 70€/ados
Cours particuliers (30 min)	15€/séance	

PISCINE MUNICIPALE 38220 GAVET



Si vous cherchez une piscine accueillante, une eau chaude, des lignes d'eau réservées aux nageurs et un espace ludique pour vos enfants, n'attendez plus et venez nous rendre visite !

Nous vous mettons même à disposition le matériel

pour nager et pour s'amuser !

De multiples activités vous sont également proposées !!



piscinemunicipalegavet@gmail.com



@piscinegavet



04 76 92 27 38

AQUABIKE (45 MIN)



Cours sur un vélo en musique, accessible à tous. Allie travail cardio, tonification et effet drainant. Contribue à affiner la silhouette et à lutter contre l'effet jambes lourdes et la cellulite.

AQUAGYM (45 MIN)



Ce cours a pour avantage d'être une activité « non traumatisante » tout en renforçant l'ensemble du corps et le cardio. Nos cours sont variés et ludiques grâce à la musique et à l'utilisation de différents matériels. Accessibles à tous.

AQUAPALMES CARDIOSCULPT (45 MIN)



Une paire de palmes aux pieds, du matériel dans les mains, des longueurs variées et dynamiques en musique dans différents plans, sont la garantie pour brûler des calories, se muscler et renforcer son cardio en douceur. Le matériel est fourni !

NATATION ADOS/ADULTES (1H)



Marre de faire vos longueurs dans votre coin, ce cours est pour vous ! 1H de cours avec programmes adaptés à vos besoins et corrections du MNS, tout cela dans la bonne humeur d'un groupe de nageurs dynamiques et motivés ! Accessible même aux nageurs non confirmés.

NATATION ENFANTS (50 MIN)



A partir de 5 ans, cours collectifs. Plusieurs niveaux sur le même créneau horaire permettent d'adapter au mieux le niveau de votre enfant tout au long de l'année. Approche ludique.



NAGES AVEC PALMES (50 MIN)

Ce cours permet de renforcer les muscles du bas du corps ainsi que les abdos et le cardio. Cela apporte également de la technique sur ses nages à travers différents palmages, battements et ondulations.

COURS PARTICULIERS (30 MIN)

Les cours sont adaptés aux attentes et besoins des adultes et enfants. Pour les plus jeunes ils sont également ludiques et variés. Maximum 3 enfants par cours.