

# SAISON 2025 2026

## Cours enfants & ado

### Jardin aquatique

de 2 à 5 ans

Samedi 8h30-9h30

120 €

### Bichique

Se déplacer dans  
l'eau

Mercredi 16h45  
-17h30

180€

### Etoile de Mer 1

Se sentir à l'aide dans  
l'eau

Lundi 16h45-17h30  
Jeudi 16h45-17h30

230 €

### Etoile de mer 2

Se sentir à l'aide dans  
l'eau

Mardi 16h45 - 17h30  
Vendredi 16h45 -  
17h30

230 €

### Zourite 1

Préparation test  
*Aisance aquatique*

Mercredi 17h15 - 18h  
Samedi 9h45 - 10h30

230 €

### Zourite 2

Préparation test  
*Aisance aquatique*

Mardi 17h45 - 18h30  
Vendredi 17h45 -  
18h30

230 €

### Zourite 3

Préparation test  
*Aisance aquatique*

Mercredi 17h30 -  
18h30

180 €

### Requin 1

Préparation test  
Passeport de l'eau

Lundi 17h45 - 18h30  
Jeudi 17h45 - 18h30

230 €

### Requin 2

Préparation test  
Passeport de l'eau

Mardi 17h45 - 18h30  
Vendredi 17h45 -  
18h30

230 €

### Marlin/Ado

Perfectionnement 4  
nages - Loisir

Mardi 18h30 - 19h30  
Vendredi 18h30 -  
19h30

230 €

# SAISON 2025 2026

## Cours adultes

### Adultes Débutants

Apprendre à nager et dépasser sa peur de l'eau à son rythme.

Lundi 17h45 - 18h45  
Jeudi 17h45 - 18h45

**230 €**

### Perfectionnement Initiation

Consolider ses bases sur les différents types de nage

Lundi 18h30 - 19h30  
Jeudi 18h30 - 19h30

**230 €**

### Adultes perfectionnement

Approfondir et perfectionner les 4 types de nage

Mardi 19h30 - 20h30  
Vendredi 19h30 - 20h30

**230 €**

### Master

Se perfectionner dans les 4 types de nage et dans l'endurance

Lundi 19h30 - 20h30  
Jeudi 19h30 - 20h30

**230 €**

### Aqua Palmes

Développer son endurance - entre la natation et l'aquaforme

Mercredi 18h - 19h  
Samedi 10h30 - 11h30

**230 €**

### AquaForme 1

Fitness dans l'eau en musique

Mardi 18h30 - 19h30  
Vendredi 18h30 - 19h30

**230 €**

### AquaForme 2

Fitness dans l'eau en musique

Mercredi 18h15-19h15

**180 €**

### Aqua-Bike

Tonifier votre peau grâce à l'hydro massage

Lundi 18h45 - 19h45  
Jeudi 18h45 - 19h45

Adhésion et licence: 30€  
Carnets de 10: 100€



**Tarif dégressif si 2 activités adultes - hors bike:  
350€ (au lieu de 460€)**