

DESCRIPTIONS DES ACTIVITÉS

Aquagym - Niveau 1

Cours sans traumatisme pour l'entretien du corps

Aquagym - Niveau 2

Cours dynamique pour un renforcement de tous les muscles

Aquagym - Niveau 3

Cours dynamique pour un renforcement musculaire et cardiaque

Apprentissage 1 - 6 à 10 ans

Découvrir les bases de la natation

Apprentissage 2 - 6 à 12 ans

Renforcer les bases de la natation

Renforcement - 6 à 12 ans

Apprentissage des techniques de nage

Perfectionnement - 8 à 17 ans

Renforcement des techniques de nage

Apprentissage - Adulte

Familiarisation & apprentissage de la natation

Aquaphobie

Familiarisation & appréhension du milieu aquatique

Longueurs

Longueurs libres ou accompagnées pour les nageurs confirmés

Circuit training

Rotation d'exercices intensifs avec matériel

SAISON ESTIVALE 2025 PISCINE ST. GEORGES-DU-VIÈVRE

DU 1 JUILLET AU 30 AOÛT

Du lundi au samedi de 14h00 à 18h00

Fermeture les dimanches / jours fériés (selon la météo)

RENSEIGNEMENTS

Communauté de Communes

02 32 46 80 88



Inscriptions aux activités
UNIQUEMENT via

Email :

PiscineSaintGeorgesDuVievre@gmail.com

Téléphone : **06 35 446 769**

Pour nous suivre sur
Facebook Scan QR Code



ACTIVITÉS

Stage collectif de natation

Apprentissage

Renforcement

Perfectionnement

Aquaphobie

10€ / séance

Aquagym

3 niveaux de difficultés

5 € / séance

Longueurs

Entraînement

4 € / séance

EVENEMENTS

18h30 à 20h

Samedi 12 Juillet + 9 & 23 Août : Circuit training

Samedi 26 Juillet : Aquagym musique zumba

ENFANTS		L	Longueurs
1	Apprentissage Niveau 1	A	Apprentissage Adulte
2	Apprentissage Niveau 2	A-P	Aquaphobie
R	Renforcement	1	Aquagym
P	Perfectionnement	3	Niveau 1 à 3

STAGE 3 21 Juil. - 2 Août	9h15 9h45	10h00 10h30	10h45 11h15	11h30 12h00	12h30 13h15	14h00 18h00	18h30 19h15	19h15 19h45
LUNDI	1	1	2	R		OVERTURE PUBLIC	2	
MARDI	1	1	2	R	1		L	
MERCREDI	1	1	2	R				
JEUDI	1	1	2	R	3		L	
VENDREDI	1	1	2	R			3	
SAMEDI					2			

STAGE 1 1 - 5 Juillet	9h15 9h45	10h00 10h30	10h45 11h15	11h30 12h00	12h30 13h15	14h00 18h00	18h30 19h15	19h15 19h45
LUNDI								
MARDI		1	A	A-P	1	OVERTURE PUBLIC	L	
MERCREDI		1	A	A-P				
JEUDI		1	A	A-P	3		L	
VENDREDI		1	A	A-P			3	
SAMEDI					2			

STAGE 4 4 - 16 Août	9h15 9h45	10h00 10h30	10h45 11h15	11h30 12h00	12h30 13h15	14h00 18h00	18h30 19h15	19h15 19h45
LUNDI	1	2	R	P		OVERTURE PUBLIC	2	
MARDI	1	2	R	P	1		L	
MERCREDI	1	2	R	P				
JEUDI	1	2	R	P	3		L	
VENDREDI	1	2	R	P			3	
SAMEDI					2			

STAGE 2 7 - 19 Juillet	9h15 9h45	10h00 10h30	10h45 11h15	11h30 12h00	12h30 13h15	14h00 18h00	18h30 19h15	19h15 19h45
LUNDI	1	1	2	2		OVERTURE PUBLIC	2	
MARDI	1	1	2	2	1		L	
MERCREDI	1	1	2	2				
JEUDI	1	1	2	2	3		L	
VENDREDI	1	1	2	2			3	
SAMEDI					2			

STAGE 5 18 - 30 Août	9h15 9h45	10h00 10h30	10h45 11h15	11h30 12h00	12h30 13h15	14h00 18h00	18h30 19h15	19h15 19h45
LUNDI	1	A	A	A-P		OVERTURE PUBLIC	2	
MARDI	1	A	A	A-P	1		L	
MERCREDI	1	A	A	A-P				
JEUDI	1	A	A	A-P	3		L	
VENDREDI	1	A	A	A-P			3	
SAMEDI					2			