

# Piscine Municipale de Saint-André de la Roche

Du 1<sup>er</sup> Juin au 30 Août  
2026



## ACTIVITÉS ADULTES (+16ans)

### AQUABIKE – AQUAFITNESS

Séance découverte Gratuite – Aquafitness – Lundi 1<sup>er</sup> Juin à 18h



#### RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS

À la piscine municipale : 123 Quai de la Banquière

Samedi **30 Mai** de 14h à 17h

Mercredi **3 Juin** de 10h à 17h

Samedi **6 Juin** de 14h à 17h

et aux jours et heures des cours

Par téléphone au 06 61 70 48 53



## Les activités

### AQUAFITNESS

45 min

Activité rythmée sur de la musique entraînante.

Supports variés : élastiques,

haltères, planches.

Permet de sculpter et d'affiner la silhouette.

### AQUABIKE

40 min

L'aquabiking allie les vertues des sports d'endurance et la douceur des sports aquatiques.

Bienfaits cardio-vasculaires, combat les jambes lourdes, tonifie les muscles.

## Les plannings

\* Les horaires et activités pourront être modifiés en cours de saison, selon les besoins.

### Séances du 1<sup>er</sup> Juin au 3 Juillet 2026

#### Lundi

12h15

AQUABIKE

18h00

AQUAFITNESS

#### Mardi

17h30

AQUABIKE

#### Mercredi

#### Jeudi

12h15

AQUABIKE

17h30

AQUABIKE

18h30

AQUABIKE

#### Vendredi

18h00

AQUAFITNESS

### Séances du 6 Juillet au 28 Août 2026

#### Lundi

18h30

AQUAFITNESS

#### Mardi

18h30

AQUABIKE

19h30

AQUABIKE

#### Mercredi

18h30

AQUAFITNESS

#### Jeudi

18h30

AQUABIKE

19h30

AQUABIKE

#### Vendredi

18h30

AQUAFITNESS

### AQUAFITNESS

#### Tarifs

- ✓ La séance **8€**
- ✓ La carte de 5 séances **35€**
- ✓ La carte de 10 séances **60€**

### AQUABIKE

#### Tarifs

- ✓ La séance **12€**
- ✓ La carte de 5 séances **50€**
- ✓ La carte de 10 séances **90€**

Les cartes sont individuelles (nominatives) et ne sont valables que pour l'été en cours. Les séances ne sont pas remboursables. Pour l'aquabike, il est indispensable de réserver la séance. Toute séance réservée sera due : annulation minimum 24h à l'avance.