

Les activités « Ludiques et forme »

Circuit training

intensité 🧘🧘🧘🧘

Jeudi 12h20

Ouvert au public sportif. Permet d'améliorer ses capacités cardiovasculaires, favorise le renforcement musculaire et l'endurance en travaillant sur différents ateliers successifs (step, haltères, trampoline, aqua-bike...). Attention la mise en place des ateliers est dépendante de l'effectif.

Aqua fitness

intensité 🧘🧘🧘

Lundi 19h15 - Mardi 12h20

Mercredi (grand bain) 19h15

Favorise l'endurance cardio-vasculaire et musculaire, enchaînements de mouvements faisant appel à la coordination, tout en combinant matériel et exercices du haut et bas du corps.

Open - Bike

Location de vélo pour un entraînement individuel **en autonomie**. Durée : 30 min

Réservation obligatoire. Inscription sur place ou au téléphone.

Les séances durent 45 minutes (hors open-bike).

Il est conseillé d'avoir un avis médical pour la pratique des activités aquatiques sportives.

Tarifs (hors entrée centre aqua) : 1 séance : 3 € / abonnement 10 séances : 27 €.

Les stages de natation

Stages apprentissage enfants sur inscriptions (à partir de 6 ans)

Du 09 au 13 avril et du 16 au 20 avril 10h à 12h soit 5 séances par stage.

1 heure de cours + 1 heure de jeux. Certificat médical obligatoire. Prévoir un petit goûter.

Tarif : 86 € (entrées comprises)

Comme un poussin dans l'eau !

Aqua mômes

Samedi 10h à 12h

Accès libre (hors entrée centre aqua). Le centre aqua met à votre disposition du matériel ludique et pédagogique en libre-service pour s'amuser en famille.

Structure gonflable - Toboggan

Mercredi 14h à 16h

Accès libre (hors entrée centre aqua). Mis en place dans le grand bain, le toboggan gonflable fera la joie des enfants. Et pourquoi pas celle de leurs parents ?



Nom :

Prénom :

Adresse mail :

Numéro de téléphone :



Le centre aqua c'est :

- un espace ludique avec bassin récréatif, rivière à courant, remous, pataugeoire et jacuzzi.
- un espace sportif avec bassin de 25m (5 couloirs de nage)
 - un espace plein air (ouvert de mai à fin septembre) avec bassin récréatif à jeux d'eau, pataugeoire, toboggan, coin lecture et bar d'été.

Tarifs entrées



Adulte : 4,50 €

Jeune (3 à 18 ans et étudiants) : 3,50 €

Abonnement 10 entrées adultes : 35,80 €

Abonnement 10 entrées jeunes : 27,60 €

Réductions

Sous conditions de ressources et demandeurs d'emplois (justificatif de moins d'1 mois)

- 50% pour les entrées unitaires ou les abonnements

Familles nombreuses

- 20% pour les entrées et les animations

Achats groupés d'abonnements identiques
(hors carte magnétique et tarifs réduits)

50 à 99 abonnements : -5%

100 à 149 abonnements : -10 %

150 abonnements et + : -20%

Possibilité de paiement par :

espèces, chèques, chèques vacances, cartes bancaires, mandats administratifs.

Dessine ta pool de Pâques !

À quoi ressemble Pâques au centre aqua ?

Les pools se remplissent-elles de chocolat
et les poules se transforment-elles en lapin ?

Les œufs se cachent-ils dans les moindres recoins
de la piscine ?



**À Pâques,
le centre aqua laisse place à
l'imagination et propose un
concours de dessins
du lundi 9 au dimanche 22 avril
à tous les enfants.**

Les règles du concours :

Ouvert à tous les jeunes baigneurs (de 3 à 18 ans).

Concours de coloriage de la mascotte du centre aqua ou concours de dessins sur le thème « Dessine ta pool de Pâques ».

Les dessins peuvent être réalisés sur place ou à la maison et déposés au centre aqua avant la fin des vacances scolaires.

Un jury (composé du personnel et du Lapin de Pâques bien évidemment) se réunira fin avril et désignera trois gagnants dans chaque catégorie. Les vainqueurs se verront remettre une entrée gratuite au centre aqua (et qui sait quelques douceurs chocolatées).

N'oubliez pas d'inscrire vos nom, prénom, adresse mail et numéro de téléphone au dos de votre œuvre.

À vos crayons !



Horaires d'ouverture au public

Lundi, mardi, mercredi, jeudi et vendredi

12h à 20h

Samedi

10h à 12h30 | 14h à 20h

Dimanche

9h à 13h

Évacuation des bassins 20 min avant la fermeture,
fermeture de la caisse 15 min avant l'évacuation.

Rappel règlement intérieur

Caleçons et maillots de bain à jupe interdits.

Douche savonnée obligatoire
avant d'entrer dans les bassins.

Espace non-fumeur.



Avenue Lt-Colonel Faro - Site de l'Auzelou
19000 Tulle - Tél. 05 55 20 08 08 - centre.aqua@tulleagglo.fr
www.tulleagglo.fr

