

2021/2022



# AQUA



~~~~~ AQUABIKE - AQUAGYM - AQUATONIC ~~~~~

AQUABIKE TONIC - AQUAJUMP/CIRCUIT TRAINING



Du 8 novembre 2021 au 30 juin 2022

# Activités pendant la période scolaire

Suivant programmation en période de vacances scolaires

## Aquabike

| Lundi        | Mardi         | Jeudi        | Vendredi      |
|--------------|---------------|--------------|---------------|
| 8h45 à 9h30  | 18h30 à 19h15 | 9h45 à 10h30 | 12h30 à 13h15 |
| 9h45 à 10h30 | 19h30 à 20h15 |              | 18h30 à 19h15 |

Horaires en noir = bassin initiation, en bleu = ludique

## Aquabike tonic

| Mardi         | Jeudi         | Vendredi      | Dimanche      |
|---------------|---------------|---------------|---------------|
| 13h30 à 14h15 | 10h45 à 11h30 | 12h30 à 13h15 | 10h30 à 11h15 |
|               |               | 19h30 à 20h10 |               |

Horaires en noir = bassin initiation, en bleu = ludique

## Aquatonic

| Lundi         | Mercredi     | Jeudi         | Vendredi      |
|---------------|--------------|---------------|---------------|
| 10h45 à 11h30 | 9h30 à 10h15 | 18h30 à 19h15 | 17h30 à 18h15 |
| 12h30 à 13h15 |              | 12h30 à 13h15 |               |
| 18h30 à 19h15 |              |               |               |

Horaires en noir = bassin initiation, en bleu = ludique

## Aquagym

| Lundi         | Mardi         | Jeudi         | Vendredi      |
|---------------|---------------|---------------|---------------|
| 11h35 à 12h20 | 11h30 à 12h15 | 11h30 à 12h15 | 11h30 à 12h15 |
| 11h30 à 12h15 | 16h30 à 17h15 | 17h30 à 18h15 | 16h30 à 17h15 |
| 16h30 à 17h15 | 11h30 à 12h15 | 11h30 à 12h15 |               |
| 17h30 à 18h15 | 12h30 à 13h15 |               |               |
|               | 17h30 à 18h15 |               |               |

Horaires en noir = bassin initiation, en bleu = ludique

## Aquajump/Circuit training

| Mardi         | Mercredi      | Jeudi       | Vendredi | Dimanche     |
|---------------|---------------|-------------|----------|--------------|
| 20h30 à 21h15 | 12h30 à 13h15 | 8h45 à 9h30 |          | 9h30 à 10h15 |
|               |               |             |          |              |

Horaires en noir = bassin initiation, en bleu = ludique

**Sport santé/adapté**

Jeudi de 16h30 à 17h15

**Cœur santé**

Vendredi de 16h30 à 17h15

*Inscriptions et renseignements à l'accueil*

## Modalités d'inscriptions

---

**Aquabike, aquagym, aquajump/circuit training, aquatonic et aquabike tonic**

Inscription à partir du 25 octobre 2021 sur Internet [agglo-roanne.fr](https://www.agglo-roanne.fr) ou à l'accueil du Nauticum pendant les horaires d'ouverture au public :

- Achat d'un pack de 13 cours à répartir au choix sur tous les créneaux et l'ensemble des activités proposées
- Achat de cours à l'unité

## Informations générales

---

- Durée de la séance : aquabike, aquagym, aquajump/circuit training, aquatonic et aquabike tonic : 40 minutes.
- Être en possession d'un **certificat médical de non contre-indication** à la pratique de l'activité (dès l'inscription à la caisse).
- L'inscription sera effective au moment du règlement.
- L'absence à une séance ne pourra faire l'objet d'aucun remboursement.
- Toute séance non annulée avant 24h à l'avance sera dûe.
- A compter du 1<sup>er</sup> juillet 2022, les cartes d'activités aqua seront remises à zéro

## Tarifs

---

- Voir les tarifs en vigueur sur le site internet ou à l'accueil du Nauticum.
- Règlement en caisse (chèques vacances acceptés) et par Internet (en CB)



**Renseignements - Inscriptions - Règlement**

Nauticum • Rue Général Giraud • 42300 Roanne  
04 77 44 42 42 • [nauticum@roannais-agglomeration.fr](mailto:nauticum@roannais-agglomeration.fr)

**en ligne sur**

[aggloroanne.fr](http://aggloroanne.fr)