



# ESPACE AQUATIQUE

2024 - 2025



*Pour les plus  
grands...*

## AQUABIKE

Séance de vélo aquatique permettant de modeler sa silhouette, de développer ses capacités cardio-vasculaires et son endurance.

**Location Aquabike (30 minutes) :**  
hors créneaux Aquabike.

## AQUADOUCE

Travail général du corps de manière efficace, agréable et non traumatisante avec une sollicitation du système cardio-respiratoire modérée.

## AQUAFORME

Séance avec beaucoup de continuité dans l'effort et insertion d'enchaînements.

## AQUATONIC

Séance d'entraînement soutenue avec des phases de renforcement musculaire.

## CIRCUIT TRAINING

Cardio-training, sous forme de différents ateliers (3 à 4) cours d'intensité (¾) élevés avec différents matériels. Exercice court avec intensité élevée, amélioration des conditions physiques.

*Pour les plus  
petits...*

## ÉCOLE DE NATATION

**De 4 à 13 ans** (dans la limite des places disponibles). Familiarisation au milieu aquatique, initiation, perfectionnement.

## BÉBÉ DANS L'EAU

De 1 à 6 ans.  
Bien-être dans l'eau, séance de plaisir pour les enfants et les parents.

Contact :  
**06 34 29 19 44**



# PLANNING & TARIFS AQUATIQUE

2024 - 2025

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMEDI	DIMANCHE
MATIN	AQUADOUCE 9h15 - 10h00	AQUADOUCE 9h15 - 10h00	ÉCOLE DE NATATION 9h00 - 12h00	AQUADOUCE 9h15 - 10h00	AQUADOUCE 9h15 - 10h00	BÉBÉ DANS L'EAU 9h00 - 11h00	
	AQUABIKE 10h15 - 10h45				AQUABIKE 11h30 - 12h00	ÉCOLE DE NATATION 10h00 - 12h00	
MIDI	AQUAFORME 12h30 - 13h15	AQUATONIC 12h30 - 13h00	AQUAFORME 12h30 - 13h15	AQUAFORME 12h30 - 13h15	AQUATONIC 12h30 - 13h00		
APRÈS MIDI		ÉCOLE DE NATATION 17h00 - 19h00	ÉCOLE DE NATATION 17h00 - 19h00		ÉCOLE DE NATATION 17h00 - 19h00		
SOIR	AQUABIKE 18h15 - 18h45			ÉCOLE DE NATATION 18h00 - 18h45			
	CIRCUIT TRAINING 19h00 - 19h45	AQUATONIC 19h00 - 19h45	AQUABIKE 19h00 - 19h30	AQUABIKE 19h00 - 19h30	AQUATONIC 19h00 - 19h45		

## ENTRÉE UNITAIRE

ENTRÉE ESPACE AQUATIQUE	
TARIF PLEIN	TARIF - 8 ANS
5,50 €	1,50 €

ENTRÉE GLOBALE	
AQUATIQUE + FITNESS	
14 €	

## FORMULES ABONNEMENTS

ACCÈS PISCINE	
CARTE 10 HEURES* individuelle, valable 6 mois	20 €

CLUB AQUABIKE	
SÉANCE 30 MINUTES	12 €
CARTE AQUABIKE 4 COURS valable 2 mois	20 €
LOCATION BIKE n'inclut pas l'accès à la piscine	5 €

AQUAMORNING accès cours du matin + entrée piscine avant 11h00	
3 MOIS*	85 €
1 AN*	15 €/MOIS soit 180 €/an

AQUAGYM accès aquagym du midi	
SÉANCE	12 €
3 MOIS*	110 €

CARTE DU SOIR accès cours du SOIR	
4 COURS*	20 €

COURS PARTICULIERS	
SÉANCE 30min	20 €

ANNIVERSAIRE De 6 à 12 ans	
6 ENFANTS MINIMUM	10 €/enfant

ÉCOLE DE NATATION	
4 à 13 ans	134 €/an

Tarifs

Tarifs  
& horaires



PIECES À FOURNIR LORS DE VOTRE ABONNEMENT : 1 photo / une copie de votre pièce d'identité / votre RIB si paiement par prélèvements / un Certificat médical ( facultatif)

\*Création carte : 2€

39, rue de l'Hostellerie - 30 900 NÎMES  
T: 04 66 38 31 00 - contact@nimes-aquatropic.com  
facebook.com/aquatropic30