



Activités à la séance, selon disponibilités, sans inscription :

Le tarif de la séance est de **6,60 €**.
Sur présentation d'un certificat médical.

Activités avec inscription

Le tarif est de **143 €** pour la période du lundi 11 septembre 2017 au samedi 23 juin 2018. A ce tarif, il faut ajouter 1 € pour le coût d'achat de la carte.

Conditions d'inscriptions

Pour toutes les activités, un certificat médical est obligatoire.

Les créneaux horaires choisis sont fixes et non modifiables.

En cas d'absence, pas de possibilité de récupération.

Aucun remboursement possible.

L'inscription est enregistrée avec le dossier complet.

Attention : le nombre de places étant limité, chaque personne ne peut procéder qu'à une seule inscription avec le dossier complet (ci-joint).

Modalités d'inscription :

Se reporter à la fiche d'inscription.

Pour tout renseignement, Centre aquatique de Mazamet :

Téléphone : 05 63 61 37 16

Mail : contact.centreaquatique@castres-mazamet.com

ACTIVITÉS CENTRE AQUATIQUE MAZAMET 2017/2018

Nous vous invitons à découvrir le programme d'activités du Centre aquatique de Mazamet.

Les cours proposés sont conviviaux et se déroulent dans la bonne humeur !

Toutes les séances sont encadrées par un maître-nageur.

Chaque séance dure 45 minutes.

☞ **Ces activités se déroulent du 11 septembre 2017 au 23 juin 2018 hors vacances scolaires (zone C), hors jours fériés et hors jours de compétition.**

Fermeture pour vidange règlementaire : du 12 au 16 février 2018

Accès à l'établissement 15 minutes avant le début du cours et possibilité de rester jusqu'à la fermeture.

**Centre aquatique de Mazamet
Avenue Général de Gaulle – 81200 Mazamet
Tel : 05.63.61.37.16**

**Mail : contact.centreaquatique@castres-mazamet.com
www.castres-mazamet.com**

Planning hebdomadaire des activités

☆ **Aqua-détente :**

Séance d'aqua-gym en douceur.

☆ **Aqua-gym :**

Gym d'entretien.

☆ **Aqua-bike :**

Séance encadrée avec utilisation des vélos aquatiques à un rythme soutenu.

☆ **Aqua-mix :**

Séance énergique associant gym aquatique, aqua-bike et step

☆ **Aqua-gym plus :**

Gym aquatique stimulante, rapide et énergique pour un travail cardio-musculaire soutenu.

☆ **Aqua-phobie :**

Pour apprivoiser l'eau en douceur.

☆ **Enseignement natation enfants :**

Apprentissage de la natation, à partir de 5 ans.

☆ **Perfectionnement adultes :**

Séances destinées à faire progresser les nageurs.

INFO

Eveil aquatique, le samedi de 10h à 11h30, toute l'année (sauf l'été) :

Séance publique avec aménagement du bassin ludique réservée aux enfants de moins de 6 ans pour une découverte du milieu aquatique en famille (sans encadrement). **Sans inscription préalable.**

(bassin ludique accessible au public pendant les petites vacances scolaires).

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Aqua-détente				16h15	16h15
Aqua-gym	12h30 18H00	16h30			
Aqua-bike	16h15*	12h30		18h30	
Aqua-mix		18h15*	13h00		13h00
Aqua-gym plus				12h30	
Aqua-phobie			12h15		
Enseignement natation enfants**			14h30 15h30 16h30		
Perfectionnement adultes	18h45				
Gymnastique prénatale : renseignements à l'accueil					

* paiement de l'activité à la séance, sans inscription

**créneau attribué selon le niveau de l'enfant suite au test du mercredi 13 septembre

***Voir modalités à l'accueil