



PISCINE
du Val d'Orzon
SORBIERS
2022-2023

TARIFS | HORAIRES | ACTIVITÉS | INSCRIPTIONS



SYNDICAT INTERCOMMUNAL

**St-Christo-en-Jarez | St-Jean-Bonnefonds | Sorbiers | La Talaudière
La Tour-en-Jarez | Fontanès | Marcenod**



5 lignes d'eau
dans un bassin
de 25 mètres

Tarifs

INTERCOMMUNALITÉ*

Entrée

Enfant (gratuit - 6 ans).....2,20€

Adulte (16 ans et +).....3,20€

Abonnement

10 entrées valables 1 an

Enfant (gratuit - 6 ans).....19,00€

Adulte (16 ans et +).....29,00€

* Fontanès, Marcenod, St-Christo-en-Jarez,
St-Jean-Bonnefonds, Sorbiers, LaTalaudière,
La Tour-en-Jarez.

EXTÉRIEUR

Entrée

Enfant (gratuit - 6 ans).....3,20€

Adulte (16 ans et +).....4,30€

Abonnement

10 entrées valables 1 an

Enfant (gratuit - 6 ans).....29,00€

Adulte (16 ans et +).....39,00€

Horaires d'ouverture au public

Lundi | 17h - 19h20

Mardi | 12h15 - 13h30 | 17h - 19h20

Mercredi | 14h - 17h

Jeudi | 17h - 19h20

Vendredi | 12h15 - 13h30 | 17h - 19h20

Samedi | 11h - 15h

Dimanche | 8h - 9h30 (adultes nageurs uniquement)
| 9h30 - 12h (tout public)

PETITES VACANCES SCOLAIRES

Lundi, Mardi, Mercredi, Jeudi et Vendredi | 10h - 19h

Samedi | 11h - 15h

Dimanche | 8h - 12h

GRANDES VACANCES SCOLAIRES

Lundi, Mardi, Mercredi, Jeudi et Vendredi | 10h - 19h

Samedi | 10h - 16h

Dimanche | Fermé

**Évacuation du bassin 20'
avant fermeture
Fermeture de la caisse 50'
avant fermeture**

**Les enfants de moins de 12 ans
doivent être accompagnés
d'un adulte majeur**



En été

possibilité de pique-niquer sur place
et de profiter d'une plage
dans un parc verdoyant de 600 m²
avec table de ping-pong et bains de soleil.





Cours collectifs

TOUS LES COURS D'AQUAGYM
SE FONT EN MUSIQUE

AQUA-FORME

Cours d'aquagym tonic

Travail de la coordination, de la souplesse, de l'endurance et développement du système cardio-vasculaire.

AQUA-PHOBIE Niveau 1

Surmonter ses craintes

Pour vaincre l'appréhension de l'eau et améliorer son aisance aquatique.

AQUA-PHOBIE Niveau 2

Découverte de la natation

Apprentissage de la natation, équilibre, respiration, propulsion...

AQUA-PALMES

Réservé aux nageurs et nageuses

Renforcement musculaire des abdos, cuisses, fessiers, mollets, travail cardio-vasculaire et amélioration des techniques de nage.

AQUA-BIEN-ÊTRE

Entretien musculaire et cardio-vasculaire

Maintien des facultés psychomotrices, de la coordination, de l'équilibre et entretien du système cardio-vasculaire.

NATADULTES

Natation pour adultes

Perfectionnement et maîtrise des différents nages.

BB NAGEURS

De 6 mois à 6 ans

Un moment privilégié avec vos enfants. Découverte du milieu aquatique, acquisition de l'autonomie à travers les jeux.

AQUA-DYNAMIC

Cours d'aquagym dynamique

Travail de la coordination, de la souplesse, de la force, et de l'endurance, basé sur la musculation et le cardio-training.

Stages



INSCRIPTIONS : 04 77 53 24 21

Les stages sont GRATUITS et encadrés par des titulaires du Brevet d'État des Activités de la Natation.
Seule votre entrée piscine vous sera demandée.

NATATION SYNCHRONISÉE

31 octobre au 4 novembre 2022 (Fermeture le 1^{er} nov.) | de 9h50 à 11h30

Initiation à la natation synchronisée

Pour découvrir une discipline sportive, qui lie danse et natation. Sport technique et esthétique où le corps forme des figures à la surface de l'eau, sur une musique rythmée. Un mini ballet sera présenté le dernier jour du stage.

- | Il est recommandé de savoir nager au moins deux nages sur 25 m
- | Stage ouvert aux enfants à partir de 7 ans
- | Prévoir un maillot de bain, bonnet et lunettes
(un pince-nez vous sera prêté)



WATER-POLO

13 au 17 février 2023 | de 9h50 à 11h30

À la découverte du water-polo !

Apprentissage des techniques individuelles et collectives au travers d'exercices ludiques. Un nouveau match est prévu chaque jour.

- | Il est recommandé de savoir nager au moins deux nages
- | Stage ouvert aux enfants à partir de 7 ans
- | Prévoir un maillot de bain et d'un bonnet

TRIATHLON

17 au 21 avril 2023 | de 9h50 à 12h *Découverte de l'activité*



Initiation au triathlon, permettant d'aborder la technique et l'entraînement des trois disciplines : natation, vélo et course à pied. Un mini triathlon, à l'intérieur du complexe sportif, sera organisé le dernier jour du stage.

- Prévoir :
- | Un vélo ou VTT en état de marche
 - | Une tenue de sport, un maillot de bain, lunette et bonnet
 - | Des chaussures pour courir



Animations

LE PÈRE NOËL DANS L'EAU...

Samedi 17 décembre 2022 | de 14h à 17h

tous publics

Baptême de plongée gratuit à partir de 8 ans,
En partenariat avec l'association «Eaurizon plongée»

ENTRÉE GRATUITE

pour les participants aux activités

JOURNÉE D'INITIATION AU SAUVETAGE AQUATIQUE ET AU SECOURISME

(avec la participation de la croix blanche)

ENTRÉE GRATUITE pour les participants aux activités

Venez vous informer et vous initier gratuitement aux gestes qui sauvent

Samedi 4 mars 2023 | de 14h30 à 17h tous publics

Ateliers | Prévention | Sauvetage | Secourisme



NOCTURNES À LA PISCINE

Fermeture à 22h | *Tout public* | *Entrée sans supplément*



Mercredi 26 octobre 2022

Mercredi 2 novembre 2022

Mercredi 21 décembre 2022

Mercredi 15 février 2023

Mercredi 12 avril 2023

Mercredi 19 avril 2023

Venez profiter d'une eau à 30° et de la musique d'ambiance
pour nager dans nos lignes réservées aux nageurs ou pour partager
un moment familial grâce au bassin aménagé pour les enfants.

TARIFS & HORAIRES

Cours collectifs

Lundi

12h15 | 13h

AQUA-FORME

Jeudi

12h15 | 13h

AQUA-FORME

Mardi

11h30 | 12h15

AQUA-DYNAMIC

12h20 | 13h05

AQUA-PHOBIE 1

12h20 | 13h05

AQUA-PHOBIE 2

17h25 | 18h10

AQUA-PALMES

18h15 | 19h

AQUA-PALMES

Vendredi

11h30 | 12h15

AQUA-BIEN-ÊTRE

12h20 | 13h05

NATADULTES

Samedi

08h30 | 09h15

BB NAGEURS*

09h25 | 10h10

AQUA-FORME

10h15 | 11h

AQUA-DYNAMIC

11h05 | 11h50

AQUA-PALMES

Mercredi

16h30 | 17h15

AQUA-PHOBIE

17h20 | 18h05

AQUA-BIEN-ÊTRE

18h10 | 18h55

AQUA-DYNAMIC

19h | 19h45

AQUA-FORME

19h50 | 20h35

AQUA-PALMES

** BB nageurs :
tarif dégressif à partir de 2 enfants*

Tarifs

ABONNEMENT ANNUEL

Intercommunalité | 148 €

Extérieur | 190 €

CARTE 10 SÉANCES (CONSÉCUTIVES*)

Intercommunalité | 60 €

Extérieur | 80 €

** Disponible uniquement à la clôture
des journées d'inscriptions*



Règlement des animations

L'inscription offre la possibilité de participer à une séance hebdomadaire choisie en début d'année. Aucun échange ne sera possible et il ne sera procédé à aucun remboursement.

Début des cours le **12 septembre 2022** jusqu'au 16 juin 2023, pour 30 séances.
Sauf exception, les cours n'ont pas lieu lors des vacances scolaires.

Pour l'aquagym, il est obligatoire de fournir un certificat médical de moins de 3 mois autorisant la pratique soit :

- ▮ de la natation
- ▮ de la gymnastique aquatique

Pour l'activité bébés nageurs, fournir un certificat médical précisant que l'enfant est à jour de ses vaccins, ou une copie du carnet de vaccinations.

Chaque bébé nageur doit être accompagné d'un adulte majeur. Tout autre accompagnateur devra s'acquitter d'une entrée.

L'entrée dans l'établissement se fait 10 minutes avant le début de la séance.

Il est demandé de sortir rapidement de l'eau à la fin de la séance.

Inscriptions

Elles auront lieu au Complexe Sportif, salle de « L'Aréna » face au parking de la piscine.

*Habitants de l'intercommunalité** :
Samedi 3 septembre 2022 | 10h à 16h
Lundi 5 septembre 2022 | 16h à 20h
Mardi 6 septembre 2022 | 11h à 19h

Tout le monde
Mercredi 7 septembre 2022 | 9h à 14h et 17h à 20h

Les inscriptions se feront ensuite à l'accueil de la piscine
3 dossiers maximum par personne

Les abonnements aux animations ne donnent pas libre accès à la piscine pendant les heures d'ouverture au public.

Le règlement intérieur de la piscine reste applicable lors des activités.

La douche et le port du bonnet de bain sont obligatoires.

Pour le confort de tous, il vous est demandé d'éviter de discuter pendant les cours.

Les cours annulés pour des raisons techniques ou grèves, ne sont ni remplacés, ni remboursés.

L'adhérent s'engage à respecter le présent règlement.

Dossier complet obligatoire

- ▮ 2 photos
- ▮ 1 certificat médical de moins de 3 mois
- ▮ 1 justificatif de domicile pour les habitants de l'intercommunalité*

* Fontanès, Marcenod, St-Christo-en-Jarez, St-Jean-Bonnefonds, Sorbiers, La Talaudière, La Tour-en-Jarez.

