

# COMPLEXE AQUATIQUE



## HORAIRES TARIFS

DU 1<sup>ER</sup> SEPTEMBRE 2020 AU 30 MAI 2021

**LE  
HAVRE  
SEINE**  
MÉTROPOLE



## LE COMPLEXE AQUATIQUE Gd'O EST UNE PISCINE SPORT ET LOISIRS POUR TOUTE LA FAMILLE.

Ce vaste espace de convivialité baigné de lumière à vocation ludique et sportive, accueille aussi les scolaires. Bassin sportif, jeux aquatiques pour les plus petits, espace détente, vous y trouverez l'activité et le rythme qui vous correspondent.



**PRISE DE PHOTOS & VIDÉOS INTERDITE**



**INTERDICTION DE FUMER**



**CONSOMMATION D'ALCOOL INTERDITE**



**BOUÉE AVEC ASSISE INTERDITE**

### ESPACE AQUATIQUE

4 BASSINS POUR 4 USAGES

- ⊙ **Un bassin sportif** couvert de 25 mètres avec 6 couloirs où les gradins peuvent accueillir le public lors des manifestations sportives.
- ⊙ **Un bassin d'activités** couvert de 140 m<sup>2</sup> destiné à l'apprentissage et aux diverses activités proposées.
- ⊙ **Un bassin ludique** couvert de 200 m<sup>2</sup> avec une pataugeoire circulaire de 40 m<sup>2</sup> pour accueillir les plus petits et leurs parents.
- ⊙ **Une rivière sauvage** extérieure de 90 mètres pour le jeu et la détente.



DOUCHES AVANÇONNÉE OBLIGATOIRE

## TENUES AUTORISÉES

FEMMES



Maillot de bain 2 pièces



Maillot de bain 1 pièce



Maillot de bain jupe jusqu'à mi-cuisse

HOMMES



Boxer de bain



Slip de bain

## TENUES INTERDITES



Short de bain



Sous-vêtement



String



Maillot de bain robe en-dessous de mi-cuisse



Sous-vêtement sous le maillot de bain



Vêtement d'extérieur



Chaussures



Paréo



Combinaison

### ESPACE LUDIQUE

- ⊙ Un bassin extérieur ludique et sa pataugeoire.
- ⊙ Un pentagliss et des plages minérales et végétales à l'extérieur.

### ESPACE DÉTENTE

- ⊙ Sauna.
- ⊙ Hammam.
- ⊙ Bain hydromassant.
- ⊙ Spa.

### ESPACE CARDIO

- ⊙ Un espace de remise en forme.

### RECOMMANDATIONS

- Les enfants de moins de 8 ans ne peuvent accéder aux bassins qu'accompagnés d'un adulte légalement responsable. La baignade des enfants est fortement déconseillée avant l'âge de 5 mois.
- Prévoir une pièce de 1 € ou un jeton pour le fonctionnement du casier.



# HORAIRES & JOURS D'OUVERTURE

DU 1<sup>ER</sup> SEPTEMBRE 2020 AU 30 MAI 2021

## 🕒 PÉRIODE SCOLAIRE

### 🏊 BASSIN SPORTIF

(2 lignes d'eau sont réservées aux activités)

**Lundi** : 12 h 00 - 13 h 45 / 16 h 15 - 19 h 30

**Mardi** : 12 h 00 - 13 h 45 / 16 h 15 - 19 h 30

**Mercredi** : 10 h 00 - 19 h 30

**Jeudi** : 12 h 00 - 13 h 45 / 16 h 15 - 19 h 30

**Vendredi** : 12 h 00 - 13 h 45 / 16 h 15 - 19 h 30

**Sam, Dim & j. fériés** : 10 h 00 - 12 h 30 / 14 h 30 - 17 h 30

### 🏊 BASSIN LUDIQUÉ INTÉRIEUR

**Lundi** : 12 h 00 - 19 h 30

**Du mardi au vendredi** : 10 h 00 - 19 h 30

**Sam, Dim & j. fériés** : 10 h 00 - 12 h 30 / 14 h 30 - 17 h 30

### 🌊 RIVIÈRE SAUVAGE

En raison des contraintes liées au COVID-19, la rivière sauvage est fermée.

### 🏊 BALNÉO / CARDIO (2) (3)

**Du lundi au vendredi** : 12 h 00 - 19 h 30

**Sam, Dim & j. fériés** : 10 h 00 - 12 h 30 / 14 h 30 - 17 h 30

### 🌿 JARDIN AQUATIQUE (1) (2)

(matériel mis à disposition) (pour les enfants de 1 à 8 ans dans le bassin d'activités).

**Sam, Dim & j. fériés** : 10 h 00 - 12 h 30

## 🕒 PETITES VACANCES

(Toussaint, février et Pâques)

### 🏊 BASSIN SPORTIF & BASSIN LUDIQUÉ INTÉRIEUR

**Lundi** : 12 h 00 - 19 h 30

**Du mardi au vendredi** : 10 h 00 - 19 h 30

**Sam, Dim & j. fériés** : 10 h 00 - 12 h 30 / 14 h 30 - 17 h 30

### 🌊 RIVIÈRE SAUVAGE

En raison des contraintes liées au COVID-19, la rivière sauvage est fermée.

### 🏊 BALNÉO / CARDIO (2) (3)

**Du lundi au vendredi** : 12 h 00 - 19 h 30

**Sam, Dim & j. fériés** : 10 h 00 - 12 h 30 / 14 h 30 - 17 h 30

### 🌿 JARDIN AQUATIQUE (1) (2)

(matériel mis à disposition) (pour les enfants de 1 à 8 ans dans le bassin d'activités)

**Sam, Dim & j. fériés** : 10 h 00 - 12 h 30

(1) En cas de grande affluence, il est possible qu'un seul parent par enfant ne soit accepté dans le bassin.

(2) Ouverture sous réserve des contraintes liées au COVID-19.

(3) L'espace balnéo/cardio est fermé durant les dates de vacances scolaires d'été.

## OUVERTURE DES EXTÉRIEURS

Le lundi 14 juin 2021

## FERMETURE DE GD'O

Du lundi au vendredi à 20 h

Samedi, dimanche et jours fériés à 18 h

Fermé le 1<sup>er</sup> janvier, le 1<sup>er</sup> mai et le 25 décembre

Fermeture pour arrêt technique obligatoire :

> Du 21 décembre 2020 au 3 janvier 2021

> Du 31 mai au 13 juin 2021

# TARIFS

## 🏊 BASSINS SPORTIF - BASSIN LUDIQUÉ RIVIÈRE SAUVAGE

	Unitaire	Carte (1) 10 entrées
<b>Adulte</b> .....	4,40 €	34,20 €
<b>Enfant</b> (moins de 12 ans).....	2,00 €	18,00 €
<b>Enfant</b> (12 - 15 ans).....	3,20 €	27,50 €
<b>Famille nombreuse</b> (3 enfants et + et sur justificatif).....	2,80 €	
<b>Carte 10 heures</b> .....	21,80 € (1)	
<b>Étudiant</b> .....	3,90 €	
(sur présentation d'une carte d'étudiant en cours de validité)		
<b>CE et groupes identifiés</b> (à partir de 16 ans).....	30,20 €	
<b>Groupes identifiés</b> (de 3 à 15 ans).....	1,90 €	
(centre de loisirs, associations...)		
<b>Enfant de moins de 3 ans</b> .....	Gratuit	

## 🏊 COURS DE NATATION

### Forfait leçons enfants

<b>15 séances</b> (apprentissage et perfectionnement).....	108,10 €
<b>30 séances</b> (Initiation).....	195,60 €
<b>Forfait leçons adultes</b>	
<b>15 séances</b> .....	145,70 €

## 🏊 ACTIVITÉS

### AQUAFORME + accès piscine

(à partir de 18 ans - même cours durant tout le cycle)	
<b>1 séance</b> .....	9,70 €
<b>CYCLE DE 12 SÉANCES</b> (3 cycles de septembre à juin)	
<b>1 créneau horaire / sem.</b> .....	91,20 € / cycle
<b>2 créneaux horaire / sem.</b> .....	172,80 € / cycle
<b>3 créneaux horaire / sem.</b> .....	255,60 € / cycle

Toute carte unitaire ou à la séance n'est valable que le jour d'achat (sauf pour les groupes de 3 à 15 ans).

(1) Carte valable 2 ans à partir de la date d'achat.

Une pénalité est appliquée quand il n'y a pas de badgeage en sortie (carte de 10 heures).

## BALNÉO + accès piscine

(à partir de 18 ans - serviette obligatoire)

<b>1 séance</b> .....	9,70 €
<b>10 séances</b> .....	74,90 € (2)
<b>20 séances</b> .....	130,00 € (2)
<b>30 séances</b> .....	176,00 € (2)

## CARDIO + accès piscine

(à partir de 18 ans - tenue de sport et serviette obligatoires)

<b>1 séance</b> .....	8,70 €
<b>10 séances</b> .....	60,40 € (2)
<b>20 séances</b> .....	97,80 € (2)
<b>30 séances</b> .....	119,70 € (2)

## BALNÉO + CARDIO + accès piscine

(à partir de 18 ans)

<b>1 séance</b> .....	15,10 €
<b>10 séances</b> .....	108,10 € (2)
<b>20 séances</b> .....	173,70 € (2)
<b>30 séances</b> .....	238,30 € (2)

## LOCATION DE VÉLO D'O ou TAPIS DE COURSE AQUATIQUE (entrée piscine en supplément) (3)

**30 minutes**..... 3,00 €

## DIVERS

Réédition de cartes (perdues ou détériorées)..... 2,10 €

(2) Carte valable 2 ans à partir de la date d'achat.

Pour ces cartes, un bracelet d'accès aux différentes zones vous sera remis en échange d'une pièce d'identité qui sera conservée à l'accueil. Elle vous sera rendue au retour du bracelet, à la fin de votre activité.

(3) Sauf mercredi après-midi, samedi, dimanche, jours fériés et vacances scolaires. Pas de réservation possible. Chaussons conseillés.



## COURS DE NATATION

### COURS POUR ENFANTS

#### INITIATION

(enfants en grande section de maternelle)  
(30 séances de septembre à juin)  
**Mercredi** : 10h10 - 10h55 / 11h05 - 11h50

#### APPRENTISSAGE

(enfants à partir de 6 ans) (15 séances)  
**Lundi** : 17h10 - 17h55  
**Mardi** : 17h35 - 18h20  
**Mercredi** : 10h10 - 10h55 / 11h05 - 11h50  
12h35 - 13h20 / 14h10 - 14h55 / 15h10 - 15h55  
16h10 - 16h55 / 18h10 - 18h55  
**Jeudi** : 17h35 - 18h20  
**Vendredi** : 17h35 - 18h20  
**Dimanche** : 10h10 - 10h55 / 11h05 - 11h50

#### PERFECTIONNEMENT (15 séances)

**Niveau 1** (enfants sortant d'apprentissage)  
**Mercredi** : 14h10 - 14h55 / 15h10 - 15h55 /  
16h10 - 16h55  
**Vendredi** : 18h35 - 19h20  
**Niveau 2**  
(enfants de + de 8 ans, nageurs confirmés)  
**Mercredi** : 17h10 - 18h55  
**Jeudi** : 18h35 - 19h20

### COURS POUR ADULTES

(à partir de 18 ans)

#### APPRENTISSAGE (15 séances)

**Lundi** : 18h10 - 18h55

#### PERFECTIONNEMENT (15 séances)

**Mardi** : 18h35 - 19h20

## COURS D'AQUAFORME

COURS RÉSERVÉS AUX PLUS DE 18 ANS.  
LE PAIEMENT S'EFFECTUE À L'INSCRIPTION.  
LES COURS MANQUÉS SERONT PERDUS  
QUEL QUE SOIT LE MOTIF DE L'ABSENCE.  
PAS DE COURS LES JOURS FÉRIÉS.

#### AQUAGYM

Activité d'intensité moyenne faisant travailler  
l'ensemble du corps avec ou sans résistances légères.  
**Lundi** : 17h05 - 17h50  
**Mardi** : 11h35 - 12h20  
**Jeudi** : 11h35 - 12h20  
**Vendredi** : 11h35 - 12h20

#### AQUAFITNESS

Activité de forte intensité faisant travailler le cardio  
avec et sans matériel.  
**Lundi** : 12h35 - 13h20  
**Mardi** : 12h35 - 13h20  
**Jeudi** : 18h35 - 19h20

#### AQUAFAC

Activité de forte intensité faisant travailler les  
jambes, la ceinture pelvienne et les bras.  
**Lundi** : 18h05 - 18h50  
**Jeudi** : 17h35 - 18h20

#### CIRCUIT TRAINING

Ensemble d'activités utilisant différents matériels  
pour un impact global (dans le bassin d'activités).  
**Vendredi** : 18h35 - 19h20

#### VÉLO D'O

Activité de forte intensité avec utilisation de vélos  
aquatiques.  
**Mardi (bassin d'activité)** :  
17h35 - 18h20 / 18h35 - 19h20  
**Mercredi (bassin d'activité)** :  
17h35 - 18h20 / 18h35 - 19h20  
**Jeudi (bassin d'activité)** :  
12h35 - 13h20  
**Vendredi (bassin d'activité)** :  
17h35 - 18h20  
**Samedi (bassin de natation)** :  
10h10 - 10h55 / 11h05 - 11h50



7 rue des Sports  
76700 Gonfreville l'Orcher

Pour tout renseignement (inscription, activités)  
**Tél. : 02 77 6110 10 • [gdo@lehavremetro.fr](mailto:gdo@lehavremetro.fr)**

### BUS

**Lignes :** 10, 12, 14, 17, 22, 30, 40, 50, 60, 70, 71 (arrêt Camp Dolent)

### MESURES SANITAIRES

Le respect des mesures sanitaires (port du masque, respect de la distanciation en tout temps, interdiction d'entrer dans l'établissement en cas de symptômes) reste obligatoire. Il relève de la responsabilité de chacun de faire en sorte que ce temps de plaisir et de loisir se passe en toute sécurité. Pour des raisons sanitaires, la rivière sauvage restera fermée. Le pentagliss est fermé également.



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