

# UNE PISCINE SPORT ET LOISIRS POUR TOUTE LA FAMILLE



## **Bassin intérieur**

- Un bassin sportif Un bassin d'activités
- Un bassin ludique

## Bassin extérieur

- Un bassin ludique et sa pataugeoire
- Une rivière sauvage
- Un pentagliss et des plages minérales et végétales

## **Espace détente**

- Sauna Hammam
- Bain hydromassant
- Spa

## **Espace cardio**

• Un espace de remise en forme.



## HORAIRES & JOURS D'OUVERTURE DU 1<sup>ER</sup> SEPTEMBRE 2021 AU 29 MAI 2022

Ouverture sous réserve des contraintes liées au COVID-19.

## **PÉRIODE SCOLAIRE**

## **BASSIN SPORTIF**

(2 lignes d'eau sont réservées aux activités)

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

Mercredi: 10 h - 19 h 30

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

Samedi, dimanche et jours fériés :

10 h - 12 h 30 / 14 h 30 - 17 h 30

## **BASSIN LUDIQUE INTÉRIEUR**

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

**Du** mardi au vendredi : 10 h - 19 h 30 **Samedi, dimanche et jours fériés :** 10 h - 12 h 30 / 14 h 30 - 17 h 30

#### **RIVIÈRE SAUVAGE**

(Interdit aux enfants de moins de 3 ans) Sous réserve de conditions météo favorables Fermée du 8 novembre 2021 au 1<sup>er</sup> avril 2022

Mercredi: 14 h - 17 h 30

Samedi, dimanche, et jours fériés :

14 h 30 - 17 h 30

## **BALNÉO / CARDIO (2)**

**Du lundi au vendredi :** 12 h - 19 h 30 **Samedi, dimanche et jours fériés :** 

10 h - 12 h 30 / 14 h 30 - 17 h 30

#### **JARDIN AQUATIQUE** (1)

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

Samedi, dimanche et jours fériés :

10 h - 12 h 30

## **PETITES VACANCES**

(Toussaint, février et Pâques)

BASSIN SPORTIF & BASSIN LUDIQUE INTÉRIEUR

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

**Du mardi au vendredi :** 10 h - 19 h 30 **Samedi, dimanche et jours fériés :** 10 h - 12 h 30 / 14 h 30 - 17 h 30

#### RIVIÈRE SAUVAGE

(Interdit aux enfants de moins de 3 ans) Sous réserve de conditions météo favorables Fermée du 8 novembre 2021 au 1er avril 2022

**Du lundi au samedi :** 14 h - 17 h 30 **Samedi, dimanche et jours fériés :** 

14 h 30 - 17 h 30

## **BALNÉO / CARDIO** (2)

**Du lundi au vendredi :** 12 h - 19 h 30 **Samedi, dimanche et jours fériés :** 10 h - 12 h 30 / 14 h 30 - 17 h 30

#### **JARDIN AQUATIQUE** (1)

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

Samedi, dimanche et jours fériés :

10 h - 12 h 30

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

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

## **OUVERTURE DES EXTÉRIEURS**

À partir du lundi 13 juin 2022

## **FERMETURE DE GDO**

(L'évacuation des bassins a lieu 30 min avant la fermeture) Du lundi au vendredi à 20 h Samedi, dimanche et jours fériés à 18 h Fermé le 1er janvier, le 1er mai et le 25 décembre

Fermeture pour travaux - Du 29 novembre 2021 au 2 ianvier 2022

Fermeture pour arrêt technique obligatoire : > Du 30 mai au 12 juin 2022

## **COURS DE NATATION**

Les cours manqués seront perdus quel que soit le motif de l'absence

## **COURS POUR ENFANTS**

#### INITIATION

Enfants en grande section de maternelle (30 séances de septembre à juin)

**Mercredi:** 10 h 10 - 10 h 55 / 11 h 05 - 11 h 50

## **APPRENTISSAGE**

Enfants à partir de 6 ans (15 séances)

**Lundi :** 17 h 10 - 17 h 55 **Mardi :** 17 h 35 - 18 h 20

Mercredi: 10 h 10 - 10 h 55 / 11 h 05 - 11 h 50

12 h 35 - 13 h 20 / 14 h 10 - 14 h 55 15 h 10 - 15 h 55 / 16 h 10 - 16 h 55

**Jeudi:** 17 h 35 - 18 h 20 **Vendredi:** 17 h 35 - 18 h 20

**Dimanche :** 10 h 10 - 10 h 55 / 11 h 05 - 11 h 50

## **PERFECTIONNEMENT** (15 séances)

Niveau 1

Enfants sortant d'apprentissage

**Mercredi:** 14 h 10 - 14 h 55 / 15 h 10 - 15 h 55

16 h 10 - 16 h 55

**Vendredi:** 18 h 35 - 19 h 20

Niveau 2

Enfants de + de 8 ans, nageurs confirmés

**Mercredi :** 17 h 10 - 17 h 55 **Jeudi :** 18 h 35 - 19 h 20

## **COURS POUR ADULTES**

À partir de 18 ans

**APPRENTISSAGE** (15 séances)

**Lundi:** 18 h 10 - 18 h 55

**PERFECTIONNEMENT** (15 séances)

**Mardi:** 18 h 35 - 19 h 20





## **COURS D'AQUAFORME**

Les cours manqués seront perdus quel que soit le motif de l'absence

## **PÉRIODE SCOLAIRE**

#### **AQUAGYM**

Activité d'intensité moyenne faisant travailler l'ensemble du corps avec ou sans résistance légère

Lundi: 17 h 05 - 17 h 50 Mardi: 11 h 35 - 12 h 20 Jeudi: 11 h 35 - 12 h 20 Vendredi: 11 h 35 - 12 h 20

#### **AQUAFITNESS**

Activité de forte intensité faisant travailler le

cardio avec et sans matériel **Lundi :** 12 h 35 - 13 h 20 **Mardi :** 12 h 35 - 13 h 20 **Jeudi :** 18 h 35 - 19 h 20

#### **AQUAFAC**

Activité de forte intensité faisant travailler les jambes, la ceinture pelvienne et les bras

**Lundi :** 18 h 05 - 18 h 50 **Jeudi :** 17 h 35 - 18 h 20

## **CIRCUIT TRAINING**

Ensemble d'activités utilisant différents matériels pour un impact global (bassin d'activités).

Vendredi: 18 h 35 - 19 h 20

## VÉLO D'O

Activité de forte intensité avec utilisation de vélos aquatiques

Mardi (bassin d'activités):

17 h 35 - 18 h 20 / 18 h 35 - 19 h 20 **Mercredi** (bassin d'activités) : 17 h 35 - 18 h 20 / 18 h 35 - 19 h 20

Jeudi (bassin d'activités):

12 h 35 - 13 h 20

Vendredi (bassin d'activités):

17 h 35 - 18 h 20

**Samedi** (bassin de natation): 10 h 10 - 10 h 55 / 11 h 05 - 11 h 50

COURS RÉSERVÉS
AUX PLUS DE 16 ANS.
LE PAIEMENT S'EFFECTUE
À L'INSCRIPTION.
PAS DE COURS LES JOURS FERIÉS.



## **TARIFS**

## BASSINS SPORTIF - BASSIN LUDIQUE - RIVIÈRE SAUVAGE

	Unitaire	Carte (1)
Adulte	4,40 €	
Enfant (moins de 12 ans)	2€	18 €
<b>Enfant</b> (12 - 15 ans)	3,20 €	27,50 €
Famille nombreuse	2,80 €	
Carte 10 heures21,80 € (1)		
Étudiant	3,90 €	
(sur présentation d'une carte d'étudiant en cours de validité)		
<b>CE et groupes</b> identifiés (à partir de 16 ans) 30,20 €		
<b>Groupes</b> identifiés (de 3 à 15 ans) (centre de loisirs, associations)	1,90 €	
Enfant de moins de 3 ans	Gratuit	

## **COURS DE NATATION**

<b>Forfait</b>	locone -	dultos
ronait	ieçonis c	iduites

#### Forfait leçons enfants

15 séances

(apprentissage et perfectionnement).....108, 10 € **30** séances (Initiation).......195,60 €

## **ACTIVITÉS**

## **AQUAFORME** + accès piscine

3 créneaux horaire / sem......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 16 ans - servi	ette obligatoire)
1 séance	9,70 €
10 séances	74,90 € (2)
20 séances	130 € (2)
<b>30</b> séances	176 € (2)

#### CARDIO + accès piscine

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

(à partir de 16 ans - tenue de sport et serviette

## BALNÉO + CARDIO + accès piscine

(à partir de 16 ans)

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

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

supplément) (3)

30 minutes	7 €

## **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

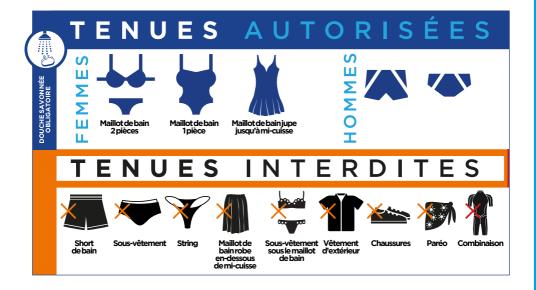
## RÈGLEMENT INTÉRIEUR

## **RECOMMANDATIONS**

Les enfants de moins de 11 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.

## **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 tout sécurité.





PRISE DE PHOTOS & VIDÉOS INTERDITE



INTERDICTION DE FUMER



CONSOMMATION D'ALCOOL INTERDITE



BOUÉE AVEC ASSISE INTERDITE





## 7, rue des Sports 76700 Gonfreville-l'Orcher

Renseignements: **0277 61 10 10 - gdo@lehavremetro.fr** 

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



lehavreseinemetropole.fr