

## INSCRIPTION AQUAGYM

En début de saison, une fiche d'inscription / réinscription sera à remplir. Celle-ci sera disponible sur place au format papier, ou à télécharger et remplir en ligne sur le site [www.ville-bron.fr/Centre nautique/Animations Aquatiques](http://www.ville-bron.fr/Centre_nautique/Animations_Aquatiques).

Les inscriptions se dérouleront au Centre Nautique à partir du **29 août 2022**, du lundi au vendredi, durant les horaires d'ouverture au public, et jusqu'à 18h00.

## ACHAT DE SÉANCES

Les séances achetées donnent accès à l'ensemble des cours proposés et sont valables durant toute la saison.

## PAIEMENT

Vous avez la possibilité de régler en espèces, carte bancaire, chèque bancaire (à l'ordre du Trésor Public) ou Chèques Vacances ANCV.

**Attention, nous n'acceptons pas les Coupons Sports ANCV.**

## DOCUMENTS À FOURNIR

- Pièce d'identité
- Attestation d'assurance Responsabilité Civile
- Justificatif de domicile de moins 6 mois pour tout achat de séances  
Ces documents seront à déposer sur place ou en ligne

**Centre Nautique André SOUSI**  
**Place GAILLARD - ROMANET**  
**69500 BRON**  
**04.72.81.06.66**  
[centre-nautique@ville-bron.fr](mailto:centre-nautique@ville-bron.fr)



## **AQUAGYM 2022 – 2023**

**Cours collectifs de 45 minutes, à partir de 16 ans**

**Direction des Sports  
et de la Vie Associative**

### **L'inscription à l'Aquagym donne accès à l'ensemble des séances**

#### **➤ Aquagym Seniors - petit bassin (maximum 1.20m) Intensité faible**

Développe le tonus musculaire et articulaire sans traumatisme, avec des exercices adaptés (enchaînement de mouvements simples, faible travail de cardio).

#### **➤ Aquagym - petit bassin (maximum 1.20m) Intensité modérée**

Maintient le tonus musculaire. Sollicite et améliore les systèmes cardio-vasculaire et respiratoire.

#### **➤ Aquatonic - petit bassin (maximum 1.20m) Intensité élevée**

Améliore le tonus musculaire. Sollicite fortement les systèmes cardio-vasculaire et respiratoire. S'adresse à des personnes en bonne condition physique.

#### **➤ Aquatrainig - grand bassin (profondeur 1.80m) Intensité élevée**

Améliore le tonus musculaire (travail musculaire varié), tout en sollicitant fortement le système cardio-vasculaire. S'adresse aux personnes en bonne condition physique, sachant nager et sans appréhension du milieu aquatique.

## **TARIFS**

Vous achetez vos séances d'Aquagym comme vos entrées, à l'unité, par cinq ou par dix. En début de saison, il faudra acheter une carte d'accès qui sera facturée 2,00 € sur laquelle il faudra créditer au minimum une séance afin de l'activer. En cas de perte, une nouvelle carte pourra être éditée, et sera également facturée.

<b>Tarifs 2022-2023</b>	<b>1 Séance</b>	<b>5 Séances</b>	<b>10 Séances</b>
<b>Résidents BRON</b>	6,50 €	30,00 €	55,00 €
<b>Extérieurs BRON</b>	8,50 €	42,50 €	77,00 €



## HORAIRES

JOUR	HORAIRE	AQUAGYM SENIOR	AQUAGYM	AQUA TONIC	AQUA TRAINING (GB)
Lundi	11h00-11h45		X		
	12h15-13h00			X	
	14h00-14h45		X		
	15h00-15h45	X			
	18h00-18h45		X		
	19h00-19h45			X	
Mardi	11h00-11h45		X		
	12h15-13h00			X	
	16h00-16h45	X			
	18h00-18h45		X		
	19h00-19h45			X	
Mercredi	11h30-12h15		X		
	18h00-18h45			X	
	19h00-19h45			X	
Jeudi	11h00-11h45	X			
	12h15-13h00			X	
	16h00-16h45		X		
	18h00-18h45			X	
Vendredi	11h00-11h45	X			
	12h15-13h00			X	
	14h00-14h45	X			
	18h00-18h45			X	
	19h00-19h45				X

## CALENDRIER DES COURS

Saison du 12 septembre 2022 au 23 juin 2023

L'activité s'interrompt les jours fériés, durant les fermetures techniques et les vacances scolaires.

### ➤ Jours fériés

- Mardi 1<sup>er</sup> novembre 2022
- Vendredi 11 novembre 2022
- Lundi 10 avril 2023
- Lundi 1<sup>er</sup> mai 2023
- Lundi 08 mai 2023
- Jeudi 19 mai 2023
- Lundi 29 mai 2023

### ➤ Fermetures techniques / fermetures exceptionnelles

- Meeting Natation RCBD
- Fermeture technique d'Avril 2023  
(les dates seront précisées en cours de saison)

### ➤ Vacances scolaires

- du samedi 22 octobre au dimanche 6 novembre 2022
- du samedi 17 décembre 2022 au lundi 2 janvier 2023
- du samedi 04 au dimanche 19 février 2023
- du samedi 08 avril au dimanche 23 avril 2023

Centre Nautique André SOUSI  
Place GAILLARD - ROMANET  
69500 BRON  
04.72.81.06.66  
[centre-nautique@ville-bron.fr](mailto:centre-nautique@ville-bron.fr)