

INSCRIPTIONS

Les inscriptions s'effectueront au Centre Nautique du lundi au vendredi de 09h00 à 18h30.

> à partir du 4 Septembre 2023 pour les résidents à Bron,
> à partir du 5 Septembre 2023 pour les extérieurs

Pour toute nouvelle inscription il faut acheter une carte d'accès et au minimum un cours.

En cas de perte, une nouvelle carte pourra être éditée, elle sera également facturée.

Les personnes inscrites en 2022 – 2023 seront tacitement réinscrites, il vous suffira de transmettre votre attestation annuelle de Responsabilité Civile, et de passer à l'accueil à partir du 11 septembre 2023 afin d'actualiser votre carte.

ACHAT DE SÉANCES

Les séances s'achètent à l'unité, par cinq ou par dix. Elles donnent accès à l'ensemble des cours proposés et sont valables durant toute la saison.

Modes de paiement acceptés :

Espèces, carte bancaire, chèques bancaires (à l'ordre du Trésor Public), Chèques Vacances ANCV
Nous n'acceptons pas les Coupons Sports ANCV.

DOCUMENTS À FOURNIR

> Attestation d'assurance Responsabilité Civile
> Justificatif de domicile de moins 6 mois pour les Bronillants



**AQUAGYM
2023 – 2024**
Cours collectifs de 45 minutes
à partir de 16 ans

L'inscription 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.

> **Aqua'Fit - grand bassin (profondeur 1.80m)**

Intensité élevée

Activité physique complète qui vise à effectuer plusieurs exercices à la suite avec peu ou pas de temps de récupération. Exercices variés de cardio et de renforcement musculaire. S'adresse aux personnes en bonne condition physique, sachant nager.

Centre Nautique André SOUSI
Place Gaillard – Romanet 69500 BRON
04.72.81.06.66 / centre-nautique@ville-bron.fr

HORAIRES

JOUR	HORAIRE	Aquagym Seniors	Aquagym	AquaTonic	AquaFit
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			
	19h00-19h45			X	
Mercredi	11h30-12h15		X		
	18h00-18h45			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 11 septembre 2023 au 21 juin 2024

Pas d'activité les jours fériés, les fermetures techniques et les vacances scolaires.

Jours fériés

- Mercredi 1^{er} Novembre 2023 (Toussaint)
- Lundi 1^{er} Avril 2024 (Lundi de Pâques)
- Mercredi 1^{er} Mai 2024 (Fête du Travail)
- Mercredi 8 Mai 2024 (Victoire 1945)
- Jeudi 9 Mai 2024 (Ascension)
- Lundi 20 Mai 2024 (Pentecôte)

Fermetures techniques / fermetures exceptionnelles

- Fermeture technique d'Avril 2024 (dates à préciser)

Vacances scolaires

- du Samedi 21 Octobre au Dimanche 5 Novembre 2023
- du Samedi 23 Décembre 2023 au Dimanche 7 Janvier 2024
- du Samedi 17 Février au Dimanche 3 Mars 2024
- du Samedi 13 Avril au Dimanche 28 Avril 2024

Attention : Afin de maintenir des cours de qualité, ceux du mois de Juin seront susceptibles d'être annulés en fonction de l'affluence du public baigneur.

TARIFS

TARIFS 2023 – 2024	Résidents BRON	Extérieurs BRON
Carte d'accès	2,10 €	
1 séance	6,80 €	8,90 €
5 séances	31,50 €	44,50 €
10 séances	57,70 €	80,85 €