

> Les tarifs

Plein tarif

- 1 entrée : 3 €
- Abonnement 10 entrées : 25,50 € (valable 1 an)
- Abonnement 25 entrées : 63 € (valable 1 an)
- Groupe de + 25 entrées : 2,20 € / entrée

Tarif réduit (3/16 ans, chômeurs, étudiants, personnes handicapées) + justificatif

- 1 entrée : 2 €
- Abonnement 10 entrées : 17,50 € (valable 1 an)
- Abonnement 25 entrées : 41 € (valable 1 an)
- Groupe de + 25 entrées : 1,55 € / entrée

Enfants de moins de 3 ans

- 1 entrée : 1,25 €

Location

- Vélo (30 minutes) : 6 €

> Les horaires

Période scolaire

- Lundi : 12 h 15/13 h 30
- Mardi : 17 h/19 h
- Mercredi : 10 h/12 h - 14 h/17 h
- Jeudi : 12 h 15/13 h 30
- Vendredi : 17 h/19 h 30
- Samedi : 14 h 30/17 h 30
- Dimanche : 9 h/12 h 30

Vacances scolaires (zone C)

- 12 h 30/18 h 30
- 14 h/20 h
- 10 h/12 h - 14 h/18 h
- 12 h 30/18 h 30
- 14 h/20 h
- 10 h/12 h - 14 h/18 h
- 9 h/12 h 30

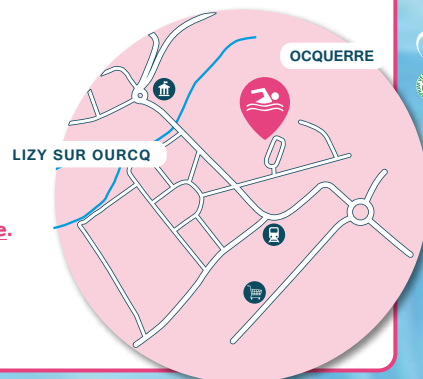
> Les fermetures

- Vacances de Noël : du 19/12 au 25/12/2022
- Vacances d'hiver : du 27/02 au 5/03/2023
- Vacances d'été : à partir du lundi 10 juillet

• Casiers gratuits (consigne 1 €)

• Tout enfant de -8 ans doit être accompagné d'un adulte.

• Du matériel de natation peut être mis à disposition.



La Piscine du Pays de L'Ourcq



Renseignements et inscriptions

1, avenue Louis Delahaye - 77440 OCQUERRE
 Tél. 01 60 61 58 40 | piscine@paysdelourcq.fr
 www.paysdelourcq.fr | /piscineocquerre
 Appli panneauPocket /77440

ACTIVITÉS

> Les horaires (en période scolaire)

Pour les enfants

6 mois
3 1/2 ans

- **Bébés nageurs** : Découverte du milieu aquatique, éveil par le jeu et les sensations.
> Samedi 9 h/9 h 30 (6 mois / 1 an)
9 h 40/10 h 10 (1 an / 2 1/2 ans)
10 h 15/10 h 45 (2 1/2 ans / 3 1/2 ans)

3 1/2-5 ans

- **Jardin aquatique** : Appropriation du milieu aquatique et approche des bases de la natation dans un environnement ludique sans parents.
> Samedi 11 h/11 h 30
11 h 30/12 h

+6 ans

ÉCOLE DE NATATION

- **Familiarisation** : Développement de l'aisance aquatique, sans appréhension.
> Mardi, jeudi et vendredi 17 h 20/17 h 50

6/8 ans

- **Apprentissage 1** : Apprentissages autour des déplacements dans l'eau, en toute autonomie et sans matériel.
> Mardi et vendredi 17 h 55/18 h 25
> Mercredi 12 h/12 h 30

8/13 ans

- **Apprentissage 2** : Assimilation des techniques de nages sur un déplacement de 25 à 50 m.
> Mardi et vendredi 18 h 30/19 h
> Mercredi 12 h/12 h 30

10/14 ans

- **Perfectionnement 1** : Enseignement des différentes nages et techniques de natation.
> Lundi 18 h/18 h 45
> Samedi 13 h 15/14 h

10/16 ans

- **Perfectionnement 2** : Maîtriser les techniques de nages en variant vitesse et endurance.
> Mercredi 18 h 15/19 h 15

Pour les adultes

+18 ans

- **Aquagym** : Renforcement musculaire et cardio-respiratoire avec variations d'intensité.
> Lundi 17 h/17 h 45
> Mardi 19 h 30/20 h 15
> Mercredi 17 h 15/18 h
> Jeudi 18 h/18 h 45
> Vendredi 19 h 45/20 h 30

+18 ans

- **Aquabiking** : Pratique sportive basée sur le pédalage dans l'eau associé à un travail musculaire du haut du corps, pour remodeler la silhouette.
> Mardi 12 h 15/12 h 45
13 h/13 h 30
> Mercredi 19 h 30/20 h
> Vendredi 13 h/13 h 30

NATATION ADULTES

+16 ans

- **Débutants** : Découverte (ou redécouverte) du milieu aquatique sans appréhension, nouveau départ vers les techniques de natation.
> Vendredi 12 h 15/12 h 45

+16 ans

- **Intermédiaires** : Enseignement des bases de la natation, des nages codifiées et des techniques de nage.
> Vendredi 12 h 15/12 h 45

+16 ans

- **Perfectionnement et loisirs** : Amélioration des performances et des techniques de nage.
> Lundi 19 h/20 h, 20 h/21 h



> Les tarifs

Bébés nageurs / Jardin aquatique	1 personne	2° inscription*	3° inscription*
1 séance (unitaire)	7,70 €/8,90 €		
Trimestre (sept/déc - janv/mars - avril/juin)	74,50 €/88 €	66 €/76 €	55 €/65 €
1/2 Saison (sept/janv - fév/juin)	108 €/128 €	95 €/110 €	80 €/94 €
Saison (sept/juin)	175 €/204,50 €	152 €/178 €	128 €/149 €

Aquagym / Natation Adultes (Perfectionnement et loisirs)

École de natation (Perfectionnement)

1 séance (unitaire)	7,70 €/8,90 €		
1/2 Saison (sept/janv - fév/juin)	108 €/128 €	95 €/110 €	80 €/94 €
Saison (sept/juin)	175 €/204,50 €	152 €/178 €	128 €/149 €

Aquabiking / Natation Adultes (Débutants et Intermédiaires)

École de natation (Familiarisation et Apprentissage)

1 séance (unitaire)	8,65 €/9,80 €		
1/2 Saison (sept/janv - fév/juin)	128,75 €/153,50 €		

Tarif usagers du Pays de l'Ourcq / Tarif hors Pays de l'Ourcq
*au sein d'une même famille ou pour une même personne

> Les informations pratiques

- **À fournir** : Certificat médical de non contre-indication à la pratique des activités aquatiques (de -3 ans), justificatif de domicile de -3 mois et copie du carnet de vaccination (bébés nageurs uniquement).
- **Seuls les dossiers complets seront pris en compte.**

