PUBLIC

> 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 €

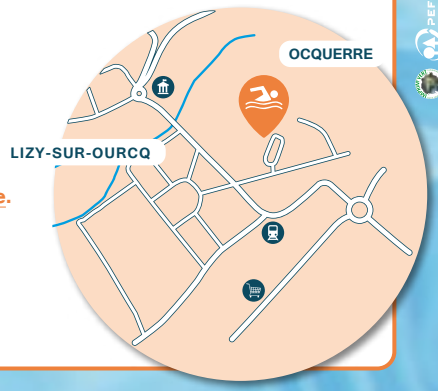
> Les horaires

	Période scolaire	Vacances scolaires (zone C)
• Lundi :	12 h 15 - 13 h 30	12 h 30 - 19 h NOUVEAU
• Mardi :	17 h - 19 h	12 h 30 - 19 h NOUVEAU
• Mercredi :	10 h - 12 h / 14 h - 17 h	10 h - 12 h / 14 h - 18 h
• Jeudi :	12 h 15 - 13 h 30	12 h 30 - 19 h NOUVEAU
• Vendredi :	17 h - 19 h 30	12 h 30 - 19 h NOUVEAU
• Samedi :	14 h 30 - 17 h 30	10 h - 12 h / 14 h - 18 h
• Dimanche :	9 h - 12 h 30	9 h - 12 h 30

> Les fermetures

- Vacances de Noël : du 25/12/23 au 7/01/24
- Vacances d'été : du 1er/07 au 7/07/24

- **Casiers gratuits (consigne 1 €)**
- **Tout enfant de -8 ans doit être accompagné d'un adulte.**
- **Du matériel de natation peut être mis à disposition.**



PEFC 10-31-1245 Certifié PEFC / pefc-france.org Photos : ©CCPO/AdobeStock | Réalisation : CCPO - 06/2023

SAISON 2023/24 | de septembre à août

La Piscine du Pays de l'Ourcq

www.paysdelourcq.fr
Tél. 01 60 61 58 40 | piscine@paysdelourcq.fr
CCPaysOurcq | Appli panneauPocket 77440

Pays de l'Ourcq
Communauté de communes

ACTIVITÉS

> Les horaires (en période scolaire)

Pour les enfants

2/ 3½ ans

• **Bébés nageurs :** Découverte du milieu aquatique, éveil par le jeu et les sensations.
> Samedi 9 h – 9 h 30

3½/-5 ans

• **Jardin aquatique :** Appropriation du milieu aquatique et approche des bases de la natation dans un environnement ludique sans parents.
> Samedi 9 h 40 – 10 h 10
10 h 15 – 10 h 45
10 h 50 – 11 h 20

ÉCOLE DE NATATION

+6 ans

• **Familiarisation :** Développement de l'aisance aquatique, sans appréhension.
> Mardi, jeudi et vendredi 17 h 20 – 17 h 50
> Samedi 11 h 30 – 12 h
14 h 30 – 15 h

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
> Samedi 15 h 15 – 15 h 45

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 30 – 14 h 15

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	2e inscription*	3e inscription*
1 séance (unitaire)	7,70 €/8,90 €		
Trimestre (sept/déc – janv/mars – avril/juin)	74,50 €/88 €	66 €/76 €	55 €/65 €
½ 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 €		
½ 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 €
½ 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.**