

Accès public

Horaires

Pendant la période scolaire
(hors vacances)

Lundi > 13h15 - 14h15

Mardi > 13h15 - 15h

Mercredi > 16h - 18h30

Jeudi > 13h15 - 15h

Vendredi > 13h15 - 15h

Samedi > 9h30 - 11h45

13h - 17h45

Dimanche > 8h30 - 11h15

Pendant les vacances scolaires

Lundi > fermée

Mardi > 15h - 18h30

Mercredi > 15h - 18h30

Jeudi > 15h - 18h30

Vendredi > 15h - 18h30

Samedi > 14h - 17h45

Dimanche > 8h30 - 11h15

La piscine est fermée les jours fériés / horaires valables jusqu'au 26/06/22.

Tarifs

Droit d'entrée individuel

- > Enfant moins de 3 ans : gratuit
- > Enfant moins de 12 ans : 1,90 €
- > Enfant de plus de 12 ans et adulte : 3 €

Carte 10 entrées

- > Enfant moins de 12 ans : 16 €
- > Enfant de plus de 12 ans et adulte : 26 €

Abonnement annuel adulte

- > 210 € - valable 1 an.



Piscine communautaire de Fleury d'Aude

Centre-ville
Fleury d'Aude

Les plages

STADE

O'Tonie
FLEURY d'Aude
Aquafitness Grand Narbonne

Avenue du stade

Chemin des Cayrols

📞 04 68 46 51 00

✉ 4 chemin des Cayrols 11 560 Fleury d'Aude

@ piscine-fleury@legrandnarbonne.com

Grand
NARBONNE
COMMUNAUTÉ D'AGGLOMÉRATION

Ce programme est non contractuel et susceptible de modifications. Des changements peuvent intervenir en fonction de la situation sanitaire. Nous vous remercions pour votre compréhension.

O'Tonie
FLEURY d'Aude
Aquafitness Grand Narbonne

Grand
NARBONNE
COMMUNAUTÉ D'AGGLOMÉRATION



Saison
2021-2022

Piscine
communautaire
de Fleury d'Aude

Activités

AquaFitness

Aqua Détente Assouplissement, mobilité articulaire, respiration pour un moment de bien-être.

Aqua Pilates Mélange de respiration de posture, d'étirements et de force, pour travailler les muscles en profondeur.

Aqua Bike Tonifier et sculpter son corps, améliorer sa capacité cardio-vasculaire, tout en pédalant dans l'eau.

Aqua Gym Restez en forme grâce à des mouvements d'intensité modéré sans traumatisme pour les articulations.

Aqua Dynamic Améliorez votre capacité cardio-vasculaire sur des enchaînements de mouvements à fréquence cardiaque élevée chorégraphiés en musique.

Aqua Perf Tonification musculaire et cardio-vasculaire sur différents thèmes (Boxe, Jump, CrossFit...). Exercices à fréquence cardiaque élevée.

Natation

Aquaphobie Séances de sensibilisation permettant une mise en confiance progressive dans l'eau.

Natation adulte De l'apprentissage au perfectionnement. Rejoignez notre coach !

Séance d'une durée de 45 minutes. Certificat médical obligatoire, à l'inscription. Planning allégé pendant les vacances. Renseignements en caisse.

Ce programme est non contractuel et susceptible de modifications. Des changements peuvent intervenir en fonction de la situation sanitaire. Nous vous remercions pour votre compréhension.

Tarifs

École de natation
Un cours collectif de 45 mn

- > carte annuelle : 114 €
- > carte trimestrielle : 58 €

Activités en salle & Activités AquaFitness

- > 1 séance : 6,50 €
- > carte de 10 séances : 55€
- > carte de 30 séances : 139€

Cours particuliers

2 enfants/cours - 30 mn

- > 1 séance : 15,50€
- > 10 séances : 125€



Programme Aquafitness

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
9h30 Aqua Gym		9h30 Aqua Pilates	9h30 Aqua Pilates	
10h15 Aqua Détente				
11h Aqua Dynamic	11h45 Aquaphobie niveau 1		11h Aqua Gym	11h Aqua Dynamic
12h30 Aqua Bike sur réservation	12h30 Aqua Dynamic	12h30 Aquaphobie niveau 2	12h30 Aqua Bike sur réservation	
	15h45 Aqua Gym			15h45 Aqua Gym
16h45 Aqua Bike sur réservation			16h45 Aqua Gym	16h45 Natation adulte
19h Aqua Dynamic				19h Aqua Perf
19h45 Natation adulte prépa BAC			19h45 Aqua Perf	19h45 Aqua Bike sur réservation

