



Séances publiques
Activités aquatiques
Espace remise en forme
Espace bien-être



COMMUNAUTÉ D'AGGLOMÉRATION
MAUBEUGE-VAL DE SAMBRE

**2019
2020**

Centre aquatique

L'Aiguade

Aulnoye-Aymeries

Sommaire

4-5



L'Aiguade

6-7

Séances
publiques

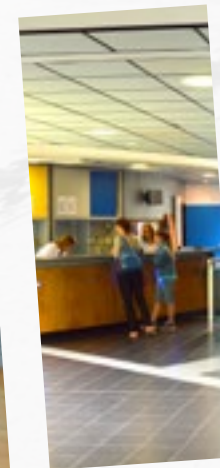
8-11

Activités
aquatiques

12-13

Espace
remise en
forme

14-15



Tarifs

L'Aiguade

Un centre aquatique



Bassin sportif



Bassin d'apprentissage



Pataugeoire



Zone ludique avec bain à remous



Toboggan

Un espace bien-être



Sauna



Hammam



Douches massantes



Coin relaxation

Fonctionnement général

JOURS FÉRIÉS

1^{er} novembre : fermé
11 novembre : fermé
25 décembre : fermé
1^{er} janvier : fermé
13 avril : fermé
1^{er} mai : fermé

8 mai : ouvert de 8h30 à 12h
21 mai : ouvert de 8h30 à 12h
1^{er} juin : ouvert de 8h30 à 12h
14 juillet : ouvert de 8h30 à 12h
15 août : ouvert de 8h30 à 12h

FERMETURE TECHNIQUE

Du 30 décembre 2019
au 12 janvier 2020 inclus

Un espace extérieur



Jeux pour enfants



Bains de Soleil

Une salle de fitness



Renforcement musculaire



Cardio

Les séances publiques

Période scolaire

Du lundi 2 septembre au dimanche 20 octobre 2019
Du lundi 4 novembre au dimanche 22 décembre 2019
Du lundi 6 janvier au dimanche 16 février 2020
Du lundi 2 mars au dimanche 12 avril 2020
Du lundi 27 avril au dimanche 5 juillet 2020



LUNDI 12h-13h30 / 16h30-19h30
Bassin d'apprentissage occupé de 12h15 à 13h
et de 16h45 à 19h30 en raison des activités*

MARDI 16h30-21h
Bassin d'apprentissage occupé de 16h45 à
17h30 et de 19h à 20h45 en raison des activités*

MERCREDI 9h-12h / 15h30-19h30
Bassin d'apprentissage occupé de 10h à 12h
et de 18h à 19h45 en raison des activités*

JEUDI 12h-13h30 / 16h30-19h30
Bassin d'apprentissage occupé de 12h15 à 13h
et de 18h à 19h45 en raison des activités*

**Le bassin sportif et la zone ludique (bain à remous)
restent quant à eux accessibles.*

VENDREDI 12h-13h30 / 16h30-19h30
Un ou deux couloirs du bassin sportif occupés
de 19h à 19h45 en raison d'une activité.

SAMEDI 10h-12h30 / 15h-18h
Bassin d'apprentissage et zone ludique occupés
de 10h à 12h30 lors des samedis bébés nageurs
(voir page 8)

DIMANCHE 8h30-12h

Horaires de votre centre
aquatique en temps réel
sur l'appli Agglo Maubeuge



Petites vacances

Du lundi 21 octobre au dimanche 3 novembre 2019
Du lundi 23 décembre 2019 au dimanche 5 janvier 2020
Du lundi 17 février au dimanche 1^{er} mars 2020
Du lundi 13 au dimanche 26 avril 2020



LUNDI 10h-19h
Présence d'accueils de loisirs de 10h15 à 11h15 & bassin
d'apprentissage occupé de 18h à 18h45 en raison d'une
activité*

MARDI 14h-21h
Bassin d'apprentissage occupé de 19h à 20h45 en raison
des activités*

MERCREDI 10h-13h / 15h30-19h
Présence d'accueils de loisirs de 10h15 à 11h15 & bassin
d'apprentissage occupé de 18h à 18h45 en raison d'une
activité*

JEUDI 10h-19h
Présence d'accueils de loisirs de 10h15 à 11h15 & bassin
d'apprentissage occupé de 18h à 18h45 en raison d'une
activité*

VENDREDI 10h-19h
Présence d'accueils de loisirs de 10h15 à 11h15 & un ou
deux couloirs du bassin sportif occupés de 18h à 18h45 en
raison d'une activité*

SAMEDI 10h-12h30 / 15h-18h

DIMANCHE 8h30-12h

**Le bassin sportif et la zone ludique (bain à remous)
restent quant à eux accessibles.*



Lorsqu'il n'y a pas de séance publique, cela ne signifie pas forcément que votre
centre aquatique est fermé. En période scolaire par exemple, plus de 35 heures par
semaine sont consacrées à l'accueil des scolaires et des associations.

Les activités aquatiques

Je découvre et j'apprends à nager

BÉBÉS NAGEURS (moins de 6 ans)

Une eau chauffée à 32 degrés, des jeux en quantité, tout est prévu pour l'amusement de votre enfant afin de découvrir le milieu aquatique (1 parent dans l'eau avec l'enfant).

■ **Les samedis suivants, de 9h à 12h30:**
7 septembre 2019
5 octobre 2019
2 novembre 2019
7 décembre
21 décembre 2019
1^{er} février 2020
7 mars 2020
4 avril 2020
2 mai 2020
6 juin 2020

NOUVEAU

BABY'S NAT (de 3 à 6 ans)

À travers des activités ludiques lui permettant de gagner en autonomie, préparez votre enfant à l'apprentissage de la natation.

■ **En période scolaire et pendant les petites vacances :**
Samedi :
13h45-14h45

LEÇONS (dès 6 ans)

Grâce aux conseils des maîtres-nageurs, apprenez la natation à votre rythme jusqu'à être capable de réaliser seul une longueur de 25m !

■ **Période scolaire :**
Mardi : 18h-18h45
Mercredi : 10h-10h45 / 10h45-11h30 / 11h30-12h15 / 16h-16h45 / 17h-17h45
Jeudi : 17h-17h45
Vendredi : 17h-17h45 / 18h-18h45

■ **Petites vacances :**
Du lundi au vendredi :
16h-16h45 / 17h-17h45

NOUVEAU

KIDS NAT (dès 6 ans)

Profitez des vacances scolaires pour offrir un stage de natation à votre enfant ; jusqu'à 8 séances sur 2 semaines pour accélérer ou parfaire son apprentissage.

■ **Pendant les petites vacances :**
Les lundis, mercredis, jeudis et vendredis : 9h15-10h

AQUA'KIDS (moins de 16 ans)

Votre enfant sait déjà nager ? Offrez-lui un perfectionnement en groupe dans un esprit ludique.

■ **Période scolaire :**
Mercredi : 9h-10h

AQUA'PHOBIE (dès 16 ans)

En douceur, apprenez à vous familiariser avec l'eau en gérant plus facilement votre stress et vos appréhensions à l'aide d'un maître-nageur présent dans l'eau.

■ **Période scolaire :**
Vendredi : 12h15-13h

JE FÊTE MON ANNIVERSAIRE À L'AIGUADE AVEC L'AQUA'BIRTHDAY !

Un groupe d'amis, des activités aquatiques et un goûter, la recette idéale pour offrir un anniversaire original à votre enfant !

INFOS PRATIQUES :

Pour les 5-12 ans
Tarifs en page 15
Tous les mercredis de 14h à 15h

Réservation obligatoire auprès de l'accueil de l'Aiguade.



Les activités aquatiques

Je fais du sport

AQUA'BIKE (dès 16 ans)

Pédalez et travaillez le renforcement musculaire du bas de votre corps en changeant de rythme entre balade et sprint !

 **Période scolaire :**
Lundi : 12h15-13h / 19h-19h45
Mercredi : 11h15-12h
Jeudi : 18h-18h45

 **Petites vacances :**
Jeudi : 18h-18h45



CIRCUIT TRAINING (dès 16 ans)

Profitez d'une activité physique complète. Passez d'un atelier à l'autre pour une séance ultra dynamique !

 **Période scolaire et petites vacances :**
Mardi : 19h-19h45

AQUA'FITNESS (dès 16 ans)

Variante tonique de l'aquagym, il vous fera travailler le renforcement musculaire et le cardio.

 **Période scolaire :**
Lundi : 18h-18h45
Mardi : 20h-20h45
Mercredi : 18h-18h45
Jeudi : 19h-19h45

 **Petites vacances :**
Lundi : 18h-18h45
Mardi : 20h-20h45

AQUA'JOGGING (dès 16 ans)

Sculptez l'intégralité de votre corps grâce à une série d'exercices dans les grandes profondeurs du bassin à l'aide d'une ceinture de flottaison.

 **Période scolaire :**
Vendredi : 19h-19h45

 **Petites vacances :**
Vendredi : 18h-18h45



AQUA'GYM (dès 16 ans)

Alliez détente et sport à l'occasion de séances adaptées à votre niveau pour tonifier et harmoniser votre silhouette ; idéal pour débiter ou reprendre une activité !

 **Période scolaire :**
Mercredi : 10h15-11h
Samedi : 9h15-10h
(sauf les samedis « bébés nageurs », voir p.8)

 **Petites vacances :**
Samedi : 9h15-10h
(sauf les samedis « bébés nageurs », voir p.8)

TRAMPOBIKE (dès 16 ans)

Après avoir sauté en rythme sur un trampoline aquatique, enfourchez votre aquabike le temps d'une séance 2 en 1 !

 **Période scolaire :**
Mercredi : 19h-19h45

 **Petites vacances :**
Mercredi : 18h-18h45

Espace remise en forme

Du lundi au dimanche, profitez d'une salle entièrement équipée en matériel de fitness et de musculation dernière génération.



HORAIRES D'OUVERTURE

PÉRIODE SCOLAIRE

Lundi :
12h-20h15

Mardi :
8h30-12h15
14h-21h30

Mercredi :
9h-20h15

Jeudi :
8h30-20h15

Vendredi :
8h30-20h15

Samedi :
9h-13h
14h-18h30

Dimanche :
8h30-12h30

PETITES VACANCES

Lundi :
9h15-19h30

Mardi :
14h-21h30

Mercredi :
9h15-19h30

Jeudi :
9h15-19h30

Vendredi :
9h15-19h30

Samedi :
9h-13h
14h-18h30

Dimanche :
8h30-12h30

RÈGLEMENT

Tous les utilisateurs doivent être âgés d'au moins 18 ans* et munis d'un titre d'accès valide (entrée ou abonnement).

Pour utiliser les appareils, munissez-vous d'une paire de baskets propres, d'une tenue de sport et d'une serviette.

Avant de réaliser une activité sportive, nous vous recommandons de **consulter votre médecin** afin de réaliser un contrôle de non contre-indication.

Toute personne ayant une attitude contraire au **respect des autres et des équipements** devra quitter les lieux sans dédommagement, ni remboursement.

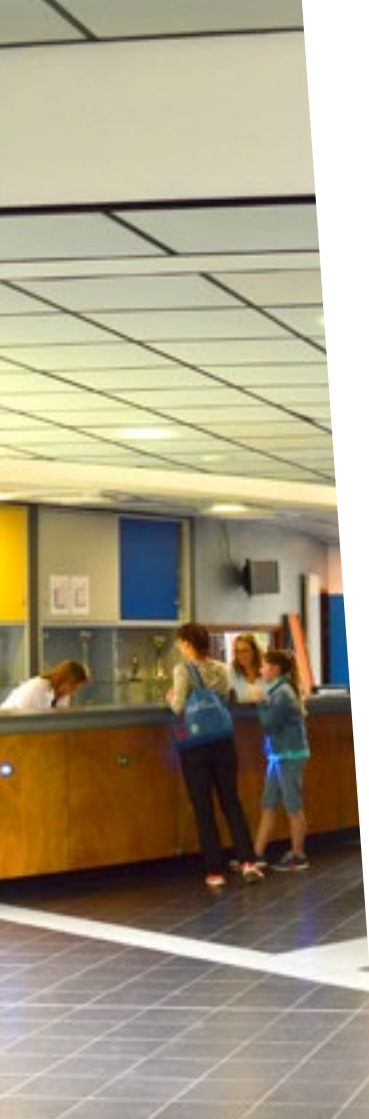
** La direction peut accueillir des mineurs, à partir de 16 ans, si l'activité physique entre dans le cadre du traitement d'une pathologie précise. Dès lors, une prescription médicale devra être présentée.*



COURS DE FITNESS

Tout au long de l'année et en fonction de la demande, des cours collectifs peuvent être organisés.

Plus d'infos auprès de l'accueil de l'Aiguade ou sur le site agglo-maubeugevaldesambre.fr.



Tarifs

Centre aquatique

ENTRÉES ET ABONNEMENTS	HABITANTS DE L'AGGLO*	TARIF PLEIN
Adultes	3,70€	4,20€
Abonnement adultes (10 entrées)	26,50€	37€
Babies* (moins de 3 ans)	1€	1,60€
Enfants* (3-18 ans)	2,70€	3,10€
Abonnement enfants (10 entrées)	21€	25€
Etudiants* (résidant ou étudiant sur le territoire de la CAMVS)	2€	2,80€
Demandeurs d'emploi / Carte jeum's / Contrat unique d'insertion / Contrat d'accompagnement à l'emploi*	1,80€	1,80€
Seniors* (+ de 70 ans)	1,80€	1,80€
Personnes à mobilité réduite*	1,80€	1,80€
Abonnement Famille (50 entrées non-nominatives)	100€	150€
Abonnement annuel (nominatif)	200€	300€
Matériel (ceintures de bouchons, brossards...)	0,50€	0,50€

ESPACE BIEN-ÊTRE	HABITANTS DE L'AGGLO*	TARIF PLEIN
Bien-être + piscine	9,50€	10,50€
Abonnement 10 entrées	52,50€	70€

**Pour bénéficier d'un tarif réduit, pensez à vous munir d'un justificatif.*

LEÇONS ET ACTIVITÉS (ENTRÉE COMPRISE)	HABITANTS DE L'AGGLO*	TARIF PLEIN
Leçon individuelle	9,20€	10,60€
Abonnement 5 leçons	40,50€	47,50€
Abonnement 10 leçons	81€	90€
Activité	8,20€	8,70€
Activité tarif réduit* (Demandeurs d'emploi / Carte jeum's / Contrat unique d'insertion / Contrat d'accompagnement à l'emploi / Personnes à mobilité réduite / Séniors)	6,30€	6,30€
Abonnement pour 10 activités	65€	80€
Abonnement pour 10 activités au tarif réduit* (conditions ci-dessus)	58,60€	58,60€
Aquabirthday forfait 10 enfants	70€	80€
Aquabirthday enfants supplémentaires au-delà de 10	6€/enfant supp.	7€/enfant supp.
Bébés nageurs (1 enfant + 1 parent)	6,30€	9€
Carte d'abonnement perdue	3€	3€
Bracelet activité perdu	4€	4€
Aqua'Kids	6,70€	6,70€

Espace remise en forme

ENTRÉES ET ACCES AUX MACHINES	HABITANTS DE L'AGGLO*	TARIF PLEIN
Entrée	5,50€	6,50€
Abonnement mensuel	35€	45€
Abonnement trimestriel	85€	115€
Abonnement annuel	200€	300€

COURS COLLECTIFS	HABITANTS DE L'AGGLO*	TARIF PLEIN
Séance	5,50€	6,50€
Abonnement de 10 séances	50€	60€

**Pour bénéficier d'un tarif réduit, pensez à vous munir d'un justificatif.*



L'AIGUADE

Adresse : 47 rue Parmentier
59620 Aulnoye-Aymeries
Tél. : +33 (0)3 27 62 38 63

www.agglo-maubeugevaldesambre.fr



Agglo Maubeuge