

PISCINE

Yves Carlier

TARIFS

Entrée

Tarif normal : 4 €

Tarif réduit² : 1,80 €

Carte 10 entrées SENLISIENS¹ 10 entrées valables 1 an

Tarif normal : 33 €

Tarif réduit² : 12 €

Carte 10 entrées EXTÉRIEURS 10 entrées valables 1 an

Tarif normal : 37 €

Tarif réduit² : 15,50 €

Gratuité SENLISIENS¹

Accordée aux personnes handicapées,
aux 65 ans et +, et aux - de 5 ans.

Abonnement Trim. ACTIVITÉS

Un cours fixe par semaine sur 3 mois

Tarif adulte : 72,00 €

Tarif enfant : 57,00 €

Bonnet 4,80 €

¹ Tarifs Senlisiens

Accordés sur justificatifs de domicile
de moins de 3 mois + pièces d'identité

² Tarifs réduits

Accordés sur justificatifs de moins de 3 mois
+ pièce d'identité aux : familles nombreuses,
enfants de - de 18 ans, employés de la Ville
de Senlis, bénéficiaires des minima sociaux.

HORAIRES

Hors vacances scolaires

Lundi 17h-19h15

Mardi 12h-13h30 & 17h-19h15

Mercredi 16h30-19h15

Judi 12h-13h30 & 17h-19h15

Vendredi 17h-20h

Samedi 10h30-12h30 & 16h-19h15

Dimanche 9h30-13h30

Vacances scolaires

Du mardi au vendredi 11h-12h45 & 15h-16h45
& 17h30-19h15

Samedi 10h30-12h30 & 16h-19h15

Dimanche 9h30-13h30

Jours fériés

Piscine fermée y compris le lundi de Pentecôte

À NOTER

BONNET DE BAIN OBLIGATOIRE SHORT DE BAIN INTERDIT.

- Évacuation des bassins 15 minutes avant la fermeture de l'établissement.
- Derniers tickets délivrés 30 minutes avant la fermeture.
- Casier : pièces de 1 €.
- Paiements acceptés : carte bleue / espèces.
- Aucun remboursement.

Complexe Sportif Yves Carlier, rue Yves Carlier
03 44 31 67 28 - www.ville-senlis.fr

ACTIVITÉS



École Municipale de Natation Senlisienne de 6 à 11 ans :
Apprentissage des bases de la natation. L'objectif est de devenir autonome sur 25 mètres, cours de 30 minutes.

Lundi, mardi, jeudi ou vendredi à 17h15 ou mardi et vendredi à 18h15 ou mercredi à 14h, 14h15, 14h45, 15h, 15h30 et 15h45. Samedi à 9h45. Cours réservés aux 5 ans le mercredi à 13h15.

Cours Ados :

> Ados de 12 à 17 ans (nageurs et non-nageurs) : *Samedi de 15h10 à 15h55.*



Aquaphobie / Apprentissage adulte :

Objectif : En petit groupe, et avec la présence rassurante d'un éducateur, vous allez découvrir cet élément que vous connaissez mal : l'eau !
Jeudi de 18h15 à 19h.



Perfectionnement adulte :

Objectif : Vous affinez vos gestuelles et apprenez de nouvelles nages. Le travail sur la respiration vous permet d'acquérir une certaine aisance technique.

Jeudi de 10h à 10h45.



Aquagym / Aquatonic / Aquatraining :

Objectif : L'aquagym permet à tous de profiter des bienfaits de l'eau grâce à l'effet d'apesanteur. Les exercices de renforcement musculaire sont adaptés à votre niveau et l'effet d'automassage assure un meilleur retour sanguin. L'aquatonic regroupe des activités aquatiques d'intensité modérée à soutenue, comprenant nage avec palmes, aquajogging, circuit training ainsi que l'aquagym en petite profondeur.

Lundi de 12h à 12h45, mardi de 10h à 10h45 ou vendredi de 12h à 12h45. Vendredi de 9h00 à 9h45 « Aquatraining » (adultes sachant nager) et de 10h à 10h45 « Aquatonic ».

Nage avec palmes :

Objectif : La nage avec palmes s'adresse aux personnes sachant nager 25 m sans reprise d'appui. Elle permet de renforcer tous les muscles du corps. Cette activité fait travailler le cardio et fait brûler plus de calories qu'une séance de natation classique.

Jeudi de 9h00 à 9h45



Des animations adultes et enfants supplémentaires vous sont également proposées pendant les vacances scolaires



Programme en ligne sur : www.ville-senlis.fr/Piscine-animations-vacances