LES ACTIVITÉS

AQUA SENIOR

Tous les lundis et mardis de 10h45 à 11h45
et tous les mercredis de 9h à 10h
10€ par trimestre

Vous êtes à la recherche d'une pratique sportive douce qui prendra soin de vos articulations tout en vous musclant ? Testez l'aqua sénior !
En douceur dans l'eau, vous mobiliserez vos muscles à votre rythme.

Inscription obligatoire auprès du centre aquatique intercommunal.
Tél. 04 90 30 35 05. Groupe de 20 personnes maximum

AQUA RELAX

Tous les lundis de 12h15 à 13h
10€ par trimestre

Et si pendant votre pause déjeuner vous veniez vous détendre dans une eau chauffée à 32° ? Laissez-vous tenter par l'aqua relax… une activité aquatique qui mêle taï-chi et stretching.
Cette activité est basée sur la respiration, elle favorise la détente musculaire et le lâcher prise.
Accessible par tous les publics que l'on sache nager ou pas, pendant 45 min laissez-vous porter par la musique douce et les conseils d'un spécialiste.

Inscription obligatoire auprès du centre aquatique intercommunal.
Tél : 04 90 30 35 05. Groupe de 15 personnes maximum

SAVOIR NAGER

Sur inscription en fonction des groupes de niveau,
l'horaire sera communiqué aux participants.
Enfant : 1.5€/séance - Adulte : 5€/séance

A destination des enfants et des adultes qui manquent d'assurance dans l'eau, l'interco propose une solution. L'objectif est principalement d'apprendre à évoluer dans l'eau en toute sécurité.
La peur de l'eau touche 2 à 5% des enfants, prise en charge par des professionnels ce trouble est réversible.
Réservez sans tarder!

Inscription obligatoire auprès du centre aquatique intercommunal.

Avenue André Rombeau
84500 Bollène
www.ccrlp.fr

Tél : 04 90 30 35 05
espace.aquatique@ccrlp.fr
@ccrlp

Crédits photos : AdobeStock - service communication - Ne pas jeter sur la voie publique. Création graphique par nos soins. Imprimé sur du papier recyclé chez IMPRIMEX - Bollène.

PLONGEZ AU COEUR DE

L'ESPACE AQUATIQUE INTERCOMMUNAL

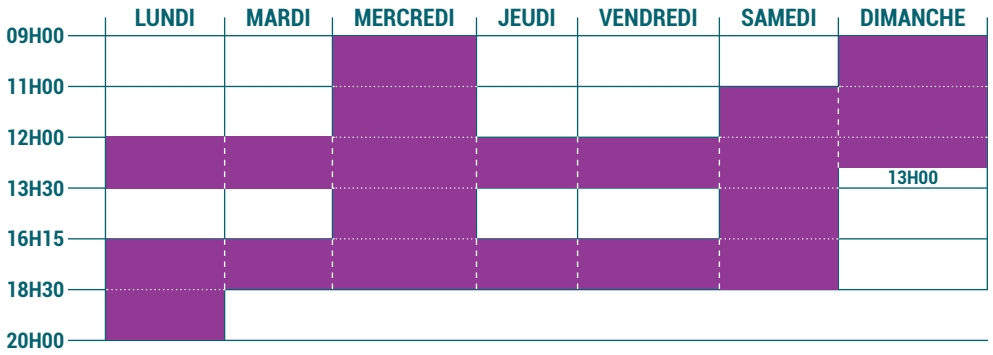
À BOLLÈNE

communauté de communes
RHÔNE LEZ PROVENCE
Bollène • Lamotte-du-Rhône
Lapalud • Mondragon • Mornas

HORAIRES D'OUVERTURE AU PUBLIC

Horaires modifiables à titre exceptionnel (Compétitions, jours fériés, animations…)

Créneaux ouverts au public



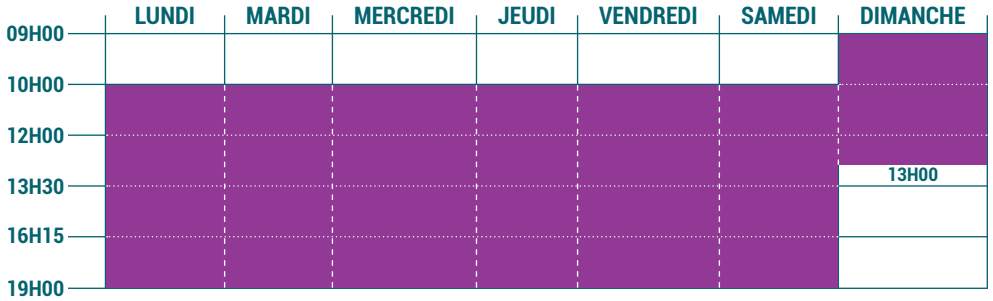
HORAIRES D'OUVERTURE AU PUBLIC EN PÉRIODES DE VACANCES SCOLAIRES - ZONE B

Horaires modifiables à titre exceptionnel (Compétitions, jours fériés, animations…)

Créneaux ouverts au public

INFOS VACANCES SCOLAIRES 2019 : ZONE B

- HIVER 2019 du 11/02 au 24/02
- PRINTEMPS 2019 du 08/04 au 22/04
- ÉTÉ 2019 du 06/07 au 01/09
- AUTOMNE 2019 du 21/10 au 03/11



TARIFS

- DE 16 ANS LYCÉENS ÉTUDIANTS	Entrée	1,80€
	Abonnement 10 entrées	12€
	Abonnement 20 entrées	20€
+ DE 16 ANS ADULTES	Entrée	3€
	Abonnement 10 entrées	23€
	Abonnement 20 entrées	42€

Enfants (-16 ans), lycéens, étudiants sur présentation d'un justificatif.

INFOS PRATIQUES

Fermeture de la caisse 30 minutes avant l'évacuation des bassins.

Evacuation des bassins 15 minutes avant la fermeture de la piscine.

Shorts de bains interdits.

Bonnets de bain obligatoires.

Enfants de moins de 10 ans accompagnés d'un adulte.

LES ASSOCIATIONS

Découvrez les activités proposées par les associations de l'espace aquatique intercommunal de Bollène.

Cercle des Nageurs des Portes de Provence (CNPP)
Natation enfants et adultes
Contact : 04 90 40 97 40 - cnppbollene@gmail.com

Centre de Natation Volontaire de Bollène (CNVB)
Cours d'aquagym, bébés nageurs, natation adultes
Contact : 04 90 40 08 10 - cnvb84@orange.fr

CAP Bollène : Groupe triathlon
Contact : 06 25 78 89 42 - cap-bollene@orange.fr

Club de Canoë Kayak
Pratique en piscine et en extérieur
Contact : 06 24 38 39 21 - ckbollene@gmail.com
https://sites.google.com/site/kayakbollene/

Club de plongée de Bollène
Plongée adulte et enfant
Contact : 06 98 61 38 90 - philippeboulieu@orange.fr

Bulle Evasion Club
Plongée et apnée adulte et enfant
Contact : 06 03 67 67 84 - becbullesevasionclub@gmail.com