

LES ACTIVITÉS

Inscription obligatoire auprès de l'espace aquatique intercommunal. Tél. 04 90 30 35 05.

AQUA SENIOR

Tous les lundis et mardis de 10h00 à 11h00 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.

AQUA RELAX

Tous les vendredis 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 tai-chi et stretching.
Cette activité est basée sur la respiration, elle favorise la détente musculaire et le lâcher prise.

AQUA POWER

Tous les jeudis de 12h15 à 13h
30€ par trimestre

Rencontre de l'aquagym et du body pump. Véritable sport, il permet de développer l'endurance tout en se musclant et le tout, dans l'eau.

AQUA BIKE

Tous les lundis et mardis de 12h15 à 13h
30€ par trimestre

Version aquatique du vélo d'appartement, l'eau a l'avantage de protéger vos articulations, de drainer et raffermir la peau... Ce sport a de nombreuses vertus.
Sous réserve des places disponibles.

SAVOIR NAGER

Sur inscription en fonction des groupes de niveau,
Le mercredi matin (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.
Réservez sans tarder !

Credits 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



Avenue André Rombeau
84500 Bollène
www.ccrp.fr

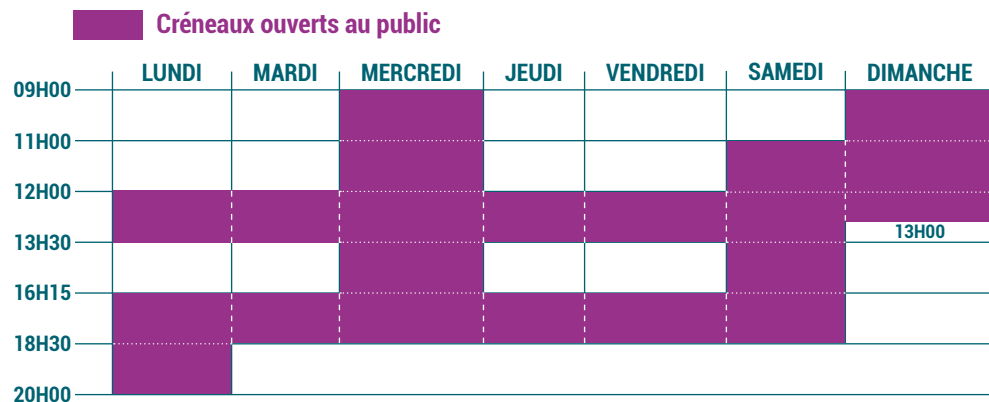
Tél : 04 90 30 35 05
espace.aquatique@ccrlp.fr
[f @ccrlp.fr](https://www.facebook.com/ccrlp.fr)





HORAIRES D'OUVERTURE AU PUBLIC

HORS VACANCES



Horaires modifiables à titre exceptionnel (compétitions, jours fériés, animations...)

FERMETURE ANNUELLE :

L'entretien technique des bassins aura lieu du 1er au 15 septembre 2019.

EN PÉRIODE DE VACANCES - ZONE B

INFOS VACANCES SCOLAIRES 2019/2020 : ZONE B

AUTOMNE 2019 du 19/10 au 03/11
 FÊTES 2019/2020 du 21/12 au 05/01
 HIVER 2020 du 15/02 au 01/03
 PRINTEMPS 2020 du 11/04 au 26/04

Du lundi au samedi : de 10h00 à 19h00

Dimanche : de 9h00 à 13h00

Horaires modifiables à titre exceptionnel (compétitions, jours fériés, animations...)

INFOS VACANCES SCOLAIRES 2019/2020 : ZONE B

ÉTÉ 2020 du 01/07 au 31/08

Du lundi au dimanche : de 10h00 à 19h00

L'espace aquatique sera fermé les jours fériés.



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
04 90 40 97 40 - cnppbollene@gmail.com



Centre de Natation Volontaire de Bollène (CNVB)

Cours d'aquagym, bébés nageurs, natation adultes
04 90 40 08 10 - cnvb84@orange.fr
<https://www.cnvb-bollene.fr/>



CAP Bollène : Groupe triathlon

06 25 78 89 42 - cap-bollene@orange.fr



Club de Canoë Kayak

Pratique en piscine et en extérieur
06 24 38 39 21 - ckbollene@gmail.com
<https://sites.google.com/site/kayakbollene/>



Club de plongée de Bollène

Plongée adulte et enfant
06 98 61 38 90 - philippebouliou@orange.fr



Bulle Evasion Club

Plongée et apnée adulte et enfant
06 03 67 67 84 - becbullesevasionclub@gmail.com

