

Piscine de la Bretonnière

2022 - 2023

ESPACES COUVERTS

Bassin sportif,
bassin ludique
avec rivière, spa,
pataugeoire.

ESPACE BIEN-ÊTRE

Sauna, hammam.

ACTIVITÉS

Natation, aquadouce,
aquatonic, circuit
training, préparation
au BNSSA, aquanatal,
jardin aquatique.

**TERRES DE
MONTAIGU**

ACTIVITÉS

POUR LES PLUS JEUNES

ÉCOLE DE NATATION

Adaptée au niveau de chaque enfant, l'école de natation permet à chacun de s'épanouir dans l'eau que ce soit pour se familiariser avec le milieu aquatique, apprendre à nager ou se perfectionner.

SESSION DE 10 LEÇONS

6-12 ans | lundi 17h15 à 18h00

Un cours par semaine pendant 10 semaines

- Session du 5 septembre au 21 novembre 2022
Inscriptions à partir du 18 juillet 2022
- Session du 28 novembre 2022 au 6 mars 2023
Inscriptions à partir du 3 octobre 2022
- Session du 13 mars au 26 juin 2023
Inscriptions à partir du 9 janvier 2023

COURS ANNUELS

4-17 ans | Un cours par semaine

	4/5 ANS	6/12 ANS	13/17 ANS
LUN.			18h05 à 18h50
MAR.		17h15 à 18h00 18h05 à 18h50	
MER.	9h20 à 10h05	10h10 à 10h55 11h00 à 11h45 13h30 à 14h15 14h15 à 15h00 15h00 à 15h45 15h45 à 16h30 16h45 à 17h30	
JEU.		17h15 à 18h00 18h05 à 18h50	
SAM.	11h00 à 11h45 11h45 à 12h30		

Le créneau horaire est défini selon le niveau de natation de l'enfant, à l'issue du test d'évaluation.

STAGE DE 10 LEÇONS

6-12 ans | Vacances scolaires

Un cours par jour pendant les vacances scolaires



POUR LES FUTURES MAMANS ET LES TOUT-PETITS

Bassins à 32°

AQUANATAL Samedi de 10h à 11h

Activité encadrée destinée aux femmes enceintes pour travailler le souffle, renforcer le périnée, décontracter le dos, tonifier les cuisses et se relaxer.

JARDIN AQUATIQUE Samedi de 10h à 11h

Pour les bébés de 0 à 4 ans afin qu'ils se familiarisent avec le milieu aquatique dans les bras de leurs parents – activité non encadrée, aménagement spécifique du petit bassin.



FORMATION AU BREVET NATIONAL DE SÉCURITÉ ET DE SAUVETAGE AQUATIQUE (BNSSA)

En partenariat avec l'association Vendée Sauvetage Côtier, cette formation vous prépare à l'examen du BNSSA avec deux séances d'entraînement par semaine.

Le lundi, une séance d'entraînement de 19h00 à 20h00
Le samedi, une séance en libre accès de 16h00 à 18h00 (séance non encadrée)



POUR LES ADULTES

NATATION

De la familiarisation au perfectionnement, les séances sont adaptées à votre niveau. Cette activité allie épanouissement et évolution dans l'eau.

MERCREDI	19h15 à 20h15 20h15 à 21h15
JEUDI	19h00 à 20h00 20h00 à 21h00

Le créneau horaire est défini selon le niveau de natation, à l'issue du test d'évaluation.

CIRCUIT TRAINING

Vous enchaînez des ateliers dans un rythme soutenu afin de solliciter et renforcer tous les groupes musculaires et d'améliorer votre condition physique générale et votre cardio.

LUNDI	20h50 à 21h35
MERCREDI	18h25 à 19h10

AQUADOUCE

Dans une ambiance musicale, vous réalisez des mouvements simples avec l'ensemble de votre corps. Ainsi vous vous renforcez musculairement tout en protégeant vos articulations.

LUNDI	10h00 à 10h45
JEUDI	15h30 à 16h15
VENDREDI	11h30 à 12h15

AQUATONIC

Au rythme de la musique, les exercices dynamiques vous permettent de tonifier vos abdominaux, fessiers, cuisses, bras et épaules.

LUNDI	20h00 à 20h45
MERCREDI	17h35 à 18h20
VENDREDI	9h30 à 10h15
SAMEDI	9h00 à 9h45



CONDITIONS D'ACCÈS AUX ACTIVITÉS

- Le port du bonnet de bain est obligatoire.
- Les shorts et caleçons de bain sont interdits.
- Le questionnaire médical est obligatoire pour les activités, sauf les séances unitaires.
- Les activités sont proposées à raison d'une séance par semaine, hors vacances scolaires, jours fériés et fermeture technique de la piscine.
- Les personnes à mobilité réduite peuvent accéder aux bassins grâce à un fauteuil de mise à l'eau.



LES TARIFS

ENFANTS*	COURS À L'ANNÉE*	149,70 € - l'année*
	SESSION OU STAGE DE 10 LEÇONS	73,50 € - 10 séances
FUTURES MAMANS ET TOUT-PETITS	1 SÉANCE	9,00 €
	5 SÉANCES	43,40 €
	10 SÉANCES	78,00 €
ADULTES	ACTIVITÉ AU SEMESTRE	112,00€
	ACTIVITÉ À L'ANNÉE	206,00 €
	FORMATION BNSSA (préparation aux épreuves physiques)	206,00 €

*En fonction du nombre d'enfants d'une même famille inscrits, un tarif dégressif est appliqué pour les cours à l'année des enfants.

CONDITIONS D'ACCÈS SUR LE TEMPS PUBLIC

- Le port du bonnet de bain est fortement conseillé.
- Les shorts et caleçons de bain sont interdits.
- Les enfants de moins de 11 ans et les non-nageurs doivent être accompagnés d'un nageur majeur.
- Les pataugeoires sont réservées aux enfants de moins de 6 ans sous la surveillance d'un adulte.



TARIFS

LES ENTRÉES UNITAIRES

Adulte	4,40 €
Enfant de 4 à 16 ans	3,00 €
Enfant de moins de 4 ans	Gratuit
Pass'Famille 2 adultes & 2 enfants	12,00 €
Entrée tarif réduit (sur présentation d'un justificatif)	
Étudiant	
Familles nombreuses	3,40 €
PMR	
Accompagnateur PMR	Gratuit

LES SUPPLÉMENTS

Location aquabike 30 min - selon horaire	3,50 €
Espace bien-être	3,50 €

LES ABONNEMENTS

À l'entrée :

Adultes / 10 entrées	35,90 €
Enfants / 10 entrées	24,90 €
Tarif réduit / 10 entrées sur présentation d'un justificatif	29,90 €
Bien-être / 10 entrées	66,50 €

À l'heure :

50 heures	112,50 €
20 heures	49,00 €
10 heures	28,00 €

Brevet de natation/Test anti-panique (sur rendez-vous)	2,30 €
Carte magnétique perdue ou détériorée	3,60 €

Modes de paiement acceptés :
carte bancaires, espèces,
chèques, chèques vacances,
coupon sport ANCV



HORAIRES

PÉRIODE SCOLAIRE

LUNDI	11h00 à 14h00	-
MARDI	12h00 à 14h00	19h00 à 21h00
MERCREDI	12h00 à 17h00	-
JEUDI	12h00 à 14h00	-
 VENDREDI	12h00 à 14h00	17h00 à 21h00
SAMEDI	-	15h00 à 19h00
DIMANCHE	8h30 à 13h00	-

PETITES VACANCES SCOLAIRES

LUNDI	12h00 à 13h45	15h00 à 19h00
MARDI	12h00 à 13h45	15h00 à 19h00
MERCREDI	12h00 à 13h45	15h00 à 19h00
JEUDI	12h00 à 13h45	15h00 à 19h00
 VENDREDI	12h00 à 13h45	15h00 à 19h00
SAMEDI	-	14h00 à 19h00
DIMANCHE	8h30 à 13h00	-

(Automne, Noël, Hiver, Printemps)

INFOS COMPLÉMENTAIRES

LOCATION D'AQUABIKE

- Lundi 11h00-13h30
- Mardi à Vendredi 12h00-13h30

ACCÈS PMR FACILITÉ



- Tarif réduit
- Fauteuil de mise à l'eau
- Gratuité pour l'accompagnant

PARCOURS LUDIQUE SUR L'EAU

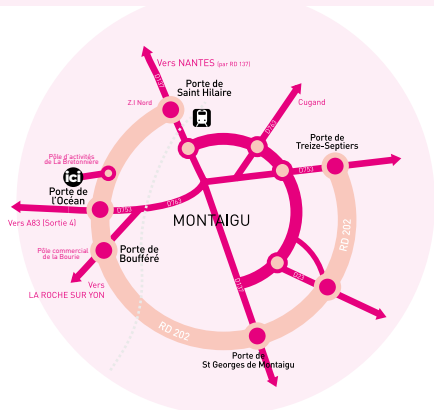
- pendant les petites vacances scolaires
- Lundi à vendredi 15h-18h

TEMPÉRATURE DE L'EAU PLUS CHAUDE LE SAMEDI

- Fermeture de la caisse et des accès 45 minutes avant la fermeture.
- Évacuation des bassins 15 minutes avant la fermeture.

La Piscine de la Bretonnière est fermée

- ➔ la fermeture technique :
 - du 6 au 12 février 2023
- ➔ les jours fériés sauf
 - le lundi de Pentecôte : 8h30-13h
 - le 14 juillet
 - le 15 août



PISCINE DE LA BRETONNIÈRE

1 rue Henri Poincaré - Boufféré
85600 MONTAIGU-VENDÉE

☎ 02 51 09 21 69
piscine@terresdemontaigu.fr

www.terresdemontaigu.fr

📍 @Terres de Montaigu