Les tarifs

	Ticket à l'unité	10 entrées +1 gratuite
Adultes (+16 ans)	4,85 €	47,75 €
Tarif réduit sous condition et sur présentation d'un justificatif *(Enfants - 16 ans, étudiants, demandeurs d'emploi, AAH, CNAS,..)*	3,80 €	36,20 €
Tarif Première heure Lundi, jeudin mercredi et Vendredi : 8h15 - 9h30	2,15 €	/
Tarif Dernière heure * Mardi et vendredi : 18h45 - 19h45 Mercredi et samedi : 17h15 - 18h15	2,15 €	/
Famille (2 adultes et 2 enfants)	13,25 €	114,95 €
Hammam	7,50 €	71,10 €
Enfants - 5 ans	Gratuit	

*Hors vacances scolaires
Paiement : CB, chèque, espèces
Prévoir jeton pour casier

Les activités

		*CC	*Hors CC
Bébés Nageur	Ticket à l'unité	9,70 €	12,10 €
	2è enfant + 5 ans	3,80 €	3,80 €
	carte 10 +1	76,70 €	92,90 €
Jardin aquatique	Trimestre	76,70 €	92,90 €
Cours enfants	Trimestre	75,50 €	88,35 €
Stage natation	Trimestre	75,50 €	88,35 €
Natation artistique Sauvetage aquatique	Trimestre	75,50 €	88,35 €
	Année	225,15 €	264,60 €
Aquagym, aquagym-famille, aqua-parcours, aqua-palm, aquagym-détente	Ticket à l'unité	9,70 €	12,10 €
	Trimestre	76,70 €	92,90 €
	Année	220,50 €	261,10 €
Cours adultes	Trimestre	76,70 €	92,90 €
Aquajump Aqua-bike	Ticket à l'unité	12,00 €	12,65 €
	Trimestre	90,95 €	108,20 €
	Année	259,80 €	306,60 €

*Sur présentation de justificatif de domicile
1,50 € la carte d'abonnement au 1er achat
Un abonnement donne accès à 1 créneau

crédits photos : Fotolia, Frrepik, Pixabay

LE TRI + FACILE

100 % Sport

Piscine des Métairies
Rue de la piscine
56 130 Nivillac
02 99 90 60 39
piscine@arcsudbretagne.fr
www.arc-sud-bretagne.fr

Accueil téléphonique aux heures d'ouverture au public

100 % loisirs

arc sud bretagne
TERRITOIRE D'AMBITION

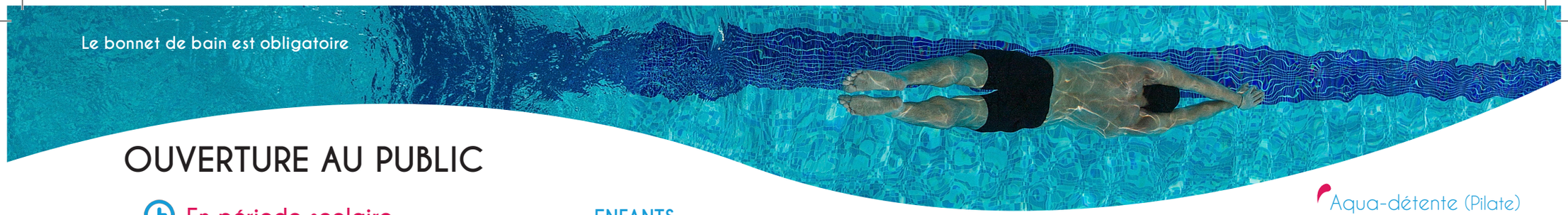
2023 - 2024

Piscine des Metairies

Plongez dans la détente et la forme !

Découvrez nos nouvelles activités !

arc sud bretagne
TERRITOIRE D'AMBITION



OUVERTURE AU PUBLIC

En période scolaire

Lundi	8h15 à 9h30
Mardi	12h à 13h45 - 17h à 20h
Mercredi	8h15 à 9h30 - 10h15 à12h30 -14h30 à18h30
Jeudi	8h15 à 9h30 -12h à13h45
Vendredi	8h15 à 9h30 - 17h à 20h
Samedi	15h30 à18h30

Petites vacances

Lundi	14h à 19h
Mardi	12h à 19h
Mercredi	14h à 19h
Jeudi	12h à 19h
Vendredi	14h à 19h
Samedi	14h à 18h30

Vacances d'été

Lundi au Vendredi
10h à 12h
14h à 19h

Samedi
14h à 18h30

+ d'activités

Enfants
Bébés nageurs, jardin aquatique, natation synchronisée, cours.

Adultes
Aquaphobie,
Cours débutants et perfectionnement,
Aqua-détente (Pilate)
Aquagym, Aquagym-Famillle
Aqua-jump, Aqua-bike, Aqua-Hiit*

* High Intesity Interval Training : entraînement fractionné de haute intensité
= cardio court mais intense

Les horaires et tarifs indiqués sont valables du 1er Juillet 2023 au 30 juin 2024.

ENFANTS

Cours

Lundi 17h15

Mardi
17h15 - 18h15

Mercredi
13h45 - 14h45 - 15h30
16h30 - 17h30

Jeudi 18h45

Vendredi
17h15 - 18h15

Samedi
14h30 - 15h30
16h30 - 17h30

Bébés nageurs
(0 à 6 ans)
Samedi matin
9h15 -11h

Jardin aquatique
(4 à 6 ans)
Samedi matin
9h15 - 9h50 - 10h25

Natation artistique
(7 à 16 ans)
Lundi 18h00

Sauvetage aquatique
(7 à 16 ans)
Jeudi 18h45

Natation Enfant (à partir de 6 ans)
Niveau 1 : Débutant
Niveau 2 : Apprentissage
Niveau 3 : Perfectionnement 2 nages
Niveau 4 : Perfectionnement 3 nages

NOUVEAU
Location aquabike
les mardis et vendredis
de 17h à 19h

45 minutes par location*

* Location selon disponibilité et affluence, à l'appréciation des maîtres nageurs sauveteurs

ADULTES

Aquaphobie
Mardi 19h00
Mercredi 11h00

Cours débutants
Mercredi 11h45
Vendredi
14h15 - 19h00

Cours Perfectionnement
Mercredi 10h15
Vendredi 14h15

+ de souplesse

A la carte,
au trimestre,
ou à l'année,
détendez-vous quand vous voulez !

Aqua-détente (Pilate)
Samedi 11h00

Aquagym
Lundi
12h00* - 13h00
16h00 - 20h00

Mardi 16h00

Vendredi
12h00 -15h00 -16h00

Aquagym famille**
Jeudi 19h30

Aqua-parcours
Jeudi 20h30
Vendredi 13h00

Aqua-tonic
Mercredi
18h30 - 19h30

Aqua-Jump
Lundi 19h00

Aqua-bike
Mardi 8h15
Jeudi 16h

Aqua-HIIT
Lundi 20h00

Intensité 25% cardio
Intensité 50% cardio
Intensité 100 % cardio

*Cours au ticket
**A partir de 11 ans, accompagné d'un adulte