

Léo Lagrange - Béziers
Muriel Hermine - Servian
Alfred Nakache - Sauvian



**L'ÉTÉ DANS
VOS PISCINES**



LES PISCINES SE METTENT À L'HEURE D'ÉTÉ

PISCINE ALFRED NAKACHE

Venez découvrir son bassin olympique de 50 m extérieur, un bassin intérieur de 25 m, un splaspad et un pentagliss pour venir goûter aux joies de la glisse. Vous trouverez aussi des espaces de convivialité, 2 tables de ping-pong, un terrain de beach volley, extérieurs ombragés, pour les plus petits un espace récréatif avec jeux d'eau.

Ouverture des extérieurs en juin

- Piscine : du 14 au 28 Juin : mercredi, samedi et dimanche de 10h à 19h.
- Pentagliss : du 14 juin au 7 juillet : mercredi, samedi et dimanche de 14h30 à 17h30

PISCINE MURIEL HERMINE

Venez découvrir son bassin intérieur de 25 x 12,5 m avec ses nombreuses activités (aquabike, trainingbike ; cours natation...). A l'extérieur vous pourrez profiter de bassins ludiques avec jets d'eau banquette à bulles... pour les plus petits il y a aussi une pataugeoire ! Afin que la détente soit complète vous pourrez profiter des bains de soleils aux abords des bassins ou sur l'espace engazonné.

Ouverture des extérieurs en juin :

- Du 14 juin au 28 juin : les mercredis de 12h à 18h et les samedis de 11h30 à 18h30

PISCINE LÉO LAGRANGE :

Venez découvrir ses deux bassins couverts de 25x21m (sportif) et de 25x10m, son grand bassin ludique extérieur de 250m² et sa pataugeoire extérieure. Un espace bien être avec un sauna, un hammam, douche suédoise et des transats pour vous prélasser.

Ouverture des extérieurs en juin :

- Du 12 juin au 30 juin : les mercredis et samedis de 12h à 18h, les lundis, mardis, jeudis et vendredi de 16h30 à 19h

DÉBUT SAISON ESTIVALE

Horaires estivale à partir du samedi 1^{er} juillet jusqu'au dimanche 3 septembre pour les trois piscines de l'agglomération.

Sauf pentagliss d'Alfred Nakache - Sauvian horaires estivale à partir du samedi 8 juillet.

STAGES NATATION ENFANTS

PISCINE ALFRED NAKACHE

Juin • du 12 juin au 7 juillet • Inscriptions à partir du 30 mai

Stage apprentissage (*à partir de 6 ans*) • 1 séance par jour du lundi au vendredi de 17h30 à 18h15 pendant 2 semaines (soit 10 séances)

Stage 1 • du lundi 12 juin au vendredi 23 juin

Stage 2 • du lundi 26 juin au vendredi 7 juillet

Stage explorateur (*à partir de 4 ans*) • 3 séances par semaines (soit 10 séances) • du mardi 13 juin au mercredi 05 juillet • les mardis et vendredis de 17h30 à 18h15 et les mercredis de 16h30 à 17h15

Juillet / Août • du 10 juillet au vendredi 25 août

Stage apprentissage (*à partir de 6 ans*) • 10 séances sur une semaine 2 cours par jour du lundi au vendredi de 10h à 10h45 et de 17h à 17h45

Cours de perfectionnement à la carte (*à partir de 6 ans*) • mardi, mercredi et jeudi de 18h à 18h45

PISCINE MURIEL HERMINE

Juillet / Août

Stage apprentissage (*à partir de 6 ans*) • Du lundi 10 juillet au vendredi 4 août • 10 séances de 45min sur une semaine / 2 cours par jour • du lundi au vendredi de 11h à 11h45 et de 17h à 17h45

Perfectionnement enfant cours à la carte (*à partir de 6 ans*) • du lundi 10 juillet au vendredi 1^{er} septembre • lundi, mercredi, vendredi de 18h à 18h45

Explorateur (*4/5 ans*) cours à la carte : « venez nager, on s'occupe de vos enfants »

• Le samedi de 10h30 à 11h15

PISCINE LÉO LAGRANGE

Juin • du 26 juin au 7 juillet

Apprentissage (*à partir de 5 ans*) • 1 séance par jour • du lundi au vendredi de 17h30 à 18h15 pendant 2 semaines (soit 10 séances)

Juillet / Août • du 10 juillet au 1^{er} septembre

Stage apprentissage (*à partir de 5 ans*) • 10 séances sur une semaine • 2 cours par jour • du lundi au vendredi de 11h à 11h45 et de 17h à 17h45

sauf semaines du 14 juillet et du 15 août 8 séances d'une heure : 11h à 12h et de 17h à 18h

ANIMATIONS

(animations gratuites hors coût d'une entrée piscine)

PISCINE ALFRED NAKACHE

À partir du lundi 10 juillet

| LUNDI | MARDI | MERCREDI | JEUDI | VENDREDI |
|--------------------------------------|---|--|--------------------------------------|---|
| 14h30-16h30 PARCOURS AQUATRACK | 14H30-15H30 JEUX AQUATIQUES <i>Padillo, Course de tapis.</i> | 14H30-15H30 JEUX AQUATIQUES <i>Aquapalmes, secourisme</i> | 14h30-16h30 PARCOURS AQUATRACK | 14H30-15H30 JEUX AQUATIQUES <i>Padillo, Course de tapis.</i> |
| 14h30-16h30 AQUA VOLLEY | | 14h30-16h30 AQUA VOLLEY | | 14h30-16h30 AQUA VOLLEY |

Pour des raisons de sécurité et de surveillance, les MNS pourront annuler les animations si l'affluence du public est trop importante.

PISCINE MURIEL HERMINE

Du 1^{er} juillet au 3 septembre

| LUNDI | MARDI | MERCREDI | JEUDI | VENDREDI | SAMEDI & DIMANCHE |
|------------------------------|---------------------------|--|---------------------------|------------------------------|--|
| 14h15-16h30 AQUAVOLLEY | 14h15-16h30 AQUAVOLLEY | 14h15-16h30 AQUAVOLLEY | 14h15-16h30 AQUAVOLLEY | 14h15-16h30 AQUAVOLLEY | 11H-18H30 PARCOURS DU COMBATTANT |
| 14h15-16h30 MAXI TOBOGGAN | 15h-16h ANIMATIONS* | 14h15-16h30 PARCOURS DU COMBATTANT | 15h-16h ANIMATIONS* | 14h15-16h30 MAXI TOBOGGAN | 14h-18h30 AQUAVOLLEY |

*entre 15h et 16h animations de 30 minutes (programme détaillé à l'accueil)

Programme des animations les mardis et jeudis

Il est impératif de savoir nager !

Mardi

- 4 juillet : joutes
- 11 juillet : palmes et apnée
- 18 juillet : aquaboxe en musique
- 25 juillet : fun épreuves
- 1^{er} août : initiation sauvetage sportif
- 8 août : tournoi de volley
- 15 août : training ados
- 22 août : rugby polo
- 29 août : combat de sumo

Jeudi

- 6 juillet : tournoi de volley
- 13 juillet : training ados
- 20 juillet : rugby polo
- 27 juillet : combat de sumo
- 3 août : joutes
- 10 août : palmes et apnée
- 17 août : aquaboxe en musique
- 24 août : fun épreuves
- 31 août : initiation sauvetage sportif

PISCINE LÉO LAGRANGE

Aménagement du bassin extérieur tous les jours de 10h15 à 12h30

Aménagement du bassin d'apprentissage tous les jeudis de 10h15 à 12h30 :

- Structure gonflable : les 6 et 20 juillet et les 3, 17 et 31 août
- Mise à disposition matériel aquaform (trampoline, vélo elliptique, tapis de course, rameur...) : les 13 et 27 juillet et les 10 et 24 août

AQUAFORM ÉTÉ

Du 1^{er} juillet au 1^{er} septembre

PISCINE ALFRED NAKACHE

| LUNDI | MARDI | MERCREDI | JEUDI | VENDREDI | SAMEDI | DIMANCHE |
|--|--|--|--|--|--------|--|
| | | 9h45-10h30 AQUAGYM <i>Bassin extérieur</i> | 9h45-10h30 AQUAGYM <i>Bassin extérieur</i> | | | |
| | | | | | | 10h30-11h15 AQUABIKE <i>Bassin extérieur</i> |
| 11h-11h45 AQUAGYM <i>Bassin intérieur</i> | 11h-11h45 AQUAGYM <i>Bassin extérieur</i> | | | 11h-11h45 AQUAGYM <i>Bassin extérieur</i> | | |
| 12h30-13h15 AQUABIKE <i>Bassin extérieur</i> | | 12h30-13h15 AQUATRaining <i>Bassin intérieur</i> | | 12h30-13h15 AQUABIKE <i>Bassin extérieur</i> | | |
| 18h30-19h15 AQUATRaining <i>Bassin intérieur</i> | 18h30-19h15 AQUABIKE <i>Bassin extérieur</i> | | 18h30-19h15 AQUAPALMES <i>Bassin extérieur</i> | 18h30-19h15 AQUABIKE <i>Bassin extérieur</i> | | |

PISCINE MURIEL HERMINE

| LUNDI | MARDI | MERCREDI | JEUDI | VENDREDI | SAMEDI | DIMANCHE |
|---------------------------|-------------------------|--------------------------|-------------------------|-------------------------|--------|-------------------------|
| 10h15-11h AQUAFITNESS | 10h15-11h AQUAGYM | | 10h15-11h AQUAGYM | 10h15-11h AQUAGYM | | 10h45-11h30 AQUABIKE |
| 12h30-13h15 AQUABIKE | 12h30-13h15 AQUABIKE | 12h30-13h15 AQUABIKE | | 12h30-13h15 AQUABIKE | | |
| | 18h30-19h15 AQUABIKE | | 18h30-19h15 AQUABIKE | | | |
| 19h-19h45 TRAININGBIKE | | 19h-19h45 AQUAFITNESS | | | | |

PISCINE LÉO LAGRANGE

| LUNDI | MARDI | MERCREDI | JEUDI | VENDREDI | SAMEDI |
|----------------------------|----------------------------|-----------------------------|----------------------------|-------------------------|-----------------------|
| 10h15-11h AQUABIKE | 10h15-11h AQUAGYM | 10h15-11h AQUAFITNESS | | 10h15-11h AQUAGYM | 10h15-11h AQUABIKE |
| 12h30-13h15 AQUAFITNESS | 12h30-13h15 AQUABIKE | 12h30-13h15 AQUATRaining | | 12h30-13h15 AQUABIKE | |
| 18h30-19h15 AQUABIKE | 18h30-19h15 AQUAFITNESS | 18h30-19h15 AQUABIKE | 18h30-19h15 AQUAFITNESS | | |

ÉVÈNEMENTS

(animations gratuites hors coût d'une entrée piscine)

PISCINE ALFRED NAKACHE

Natation synchronisée

Animations de natation synchronisée et nage sirène suivies d'une représentation par Mme Svetlana Gruss

le 24 et 25 juin • de 14h à 16h

le 1^{er} et 2 juillet • de 11h à 13h

Week-end « STARTER SUMMER »

Du samedi 1^{er} juillet et dimanche 2 juillet

samedi 1^{er} juillet

19h • AQUA SUMMER FEVER

Venez vous amuser dans une ambiance festive. Tiendrez vous le rythme !!

samedi 1^{er} juillet et dimanche 2 juillet

| | | | | | |
|------------------|------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------|------------------------|------------------------------|
| BASSIN INTÉRIEUR | 10h-11h30 JEUX LUDIQUES ENFANTS | 11h30-12h ZUMB'AQUA FAMILY | 14h-16h AQUA VOLLEY | | |
| BASSIN EXTÉRIEUR | 10h30-11h AQUABIKE | 11h-13h ANIMATION SVETLANA GRUSS | 14h-16h PARCOURS AQUATRACK | 16h30-17h ZUMB'AQUA | 17h-18h INITIATION PADDLE |
| ESPACE LOISIRS | | | 14h-17h30 PENTAGLISS | | |

Animations gratuites (hors coût d'une entrée piscine)

PISCINE MURIEL HERMINE

Défi parcours training

Dimanche 25 juin • de 9h30 à 11h

1h30 de cardio et de renforcement musculaire, venez relever le défi.

Tarif aquaform

Week-end ZUMB'AQUA

Samedi 8 et Dimanche 9 juillet • de 17h à 17h30

Venez danser avec nous !

PISCINE LÉO LAGRANGE

AQUATABATA

Mardi 4 juillet • de 18h30 à 19h15

Venez défier vos limites, enchaînements d'exercices intensifs sur une courte durée, suivis d'une récupération.





WEEK-END AQUAFORM

les 2 et 3 septembre • 10h-19h

DÉCOUVERTES :
AQUABIKE, AQUAGYM, TRAINING BIKE, AQUAFITNESS...

Pour le prix d'une entrée, venez tester une activité aquaform !
D'autres seront proposées tout le week-end

TARIFS PROMOTIONNELS POUR TOUS

valable uniquement les 2 & 3 septembre 2023

| | | |
|--|--|--|
| 10 cours aquaform <i>(validité 6 mois)</i> | 20 cours aquaform <i>(validité 1 an)</i> | NOUVEAUTÉ abonnement annuel aquaform <i>(1 cour/semaine de septembre à juin)</i> |
| 75 € <i>au lieu de 89 €</i> | 134 € <i>au lieu de 158 €</i> | 238 € <i>au lieu de 280 €</i> |

Détail des informations et réservations à l'accueil de vos piscines

Piscine Léo Lagrange Béziers • 04 99 41 36 00

Piscine Muriel Hermine Servian • 04 67 09 73 40

Piscine Alfred Nakache Sauvian • 04 67 01 84 44

PISCINE LÉO LAGRANGE



Avenue Émile Claparède 34 500 Béziers • Tél : 04 99 41 36 00

Accès bus : arrêt « Arènes Piscine » desservi par les lignes A et n°4 • Ouverte le 14 juillet, fermée le 15 août.

Fermeture technique : La Piscine Léo Lagrange de Béziers sera en fermeture technique du lundi 4 septembre au dimanche 17 septembre inclus, réouverture le lundi 18 septembre.

Du samedi 1^{er} juillet au
vendredi 1^{er} septembre

Du lundi au Dimanche

**GRAND BAIN - PETIT BAIN
BASSIN EXTÉRIEUR**

10h-13h30 • 14h30-19h

ESPACE BIEN-ÊTRE

Sur réservation
par téléphone ou directement
à l'accueil

PISCINE MURIEL HERMINE



105 Grand Rue 34 290 Servian • Tél : 04 67 09 73 40 • Accès bus : arrêt

« Piscine M. Hermine » desservi par la ligne n°12 et la ligne n°14 • Fermée le 14 juillet, ouverte le 15 août.

Du samedi 1^{er} juillet au
vendredi 1^{er} septembre

Lundi au vendredi

Samedi et dimanche

BASSINS INTÉRIEUR ET EXTÉRIEUR

12h-19h30

10h-18h30

PISCINE ALFRED NAKACHE



Chemin de Mazeilles 34 410 Sauvian • Tél : 04 67 01 84 44 • Ouverte le 14 juillet et le 15 août.

Du samedi 1^{er} juillet au
vendredi 1^{er} septembre

Lundi au vendredi

Samedi et dimanche

**BASSINS INTÉRIEUR
ET EXTÉRIEUR**

9h30-19h30

10h-19h

PENTAGLISS

à partir du 8 juillet 2023

10h-12h / 14h-18h

10h-12h / 14h-18h



AGGLOMÉRATION
BÉZIERS
MÉDITERRANÉE