Pendant la période estivale, on continue de garder la forme la forme à l'Olympide !
Chaque semaine, du 7 juillet au 29 août, les coachs sportifs du centre aquatique intercommunal proposent 19 cours de fitness et d'aquafitness.
L'été, c'est aussi le temps des enfants. Au programme des animations : stages de natation et structure gonflable aquatique !
Cette page vous permet de connaître dans le détail le programme estival, saison 2025, de l'Olympide.

Stage natation 5-10 ans

Cours de fitness

Cours d'aquafitness

Lundi

- 10h-10h45 : Cuisses abdo-fessiers
- 11h-11h45 : Pilates
- 18h-18h45 : Aquagym

Mardi

- 10h-10h45 : Aquabike sénior
- 12h30-13h : Abdo-fessiers flash
- 12h30-13h : Aquagym flash
- 17h15-18h : Body sculpt
- 18h15-19h : Step

Mercredi

- 12h30-13h : Bike flash
- 17h15-18h : Cardio boxe
- 18h-18h45 : Aquabike
- 18h15-19h : Pilates

Jeudi

- 10h-10h45 : Aquagym
- 12h30-13h : Body sculpt flash
- 17h15-18h : Abdo-fessiers
- 18h15-19h : Step débutant

Vendredi

- 10h-10h45 : Cardio training
- 11h-11h45 : Stretchning
- 18h-18h45 : Aquagym

Bon à savoir

Ceté été, les cours de d'aquafitness et de fitness se déroulent du 7 juillet au 29 août (fermeture les 14 juillet et 15 août). Inscription auprès de l'accueil du centre aquatique ou depuis la boutique en ligne.

Tarifs

Stages de natation pour les 5-10 ans

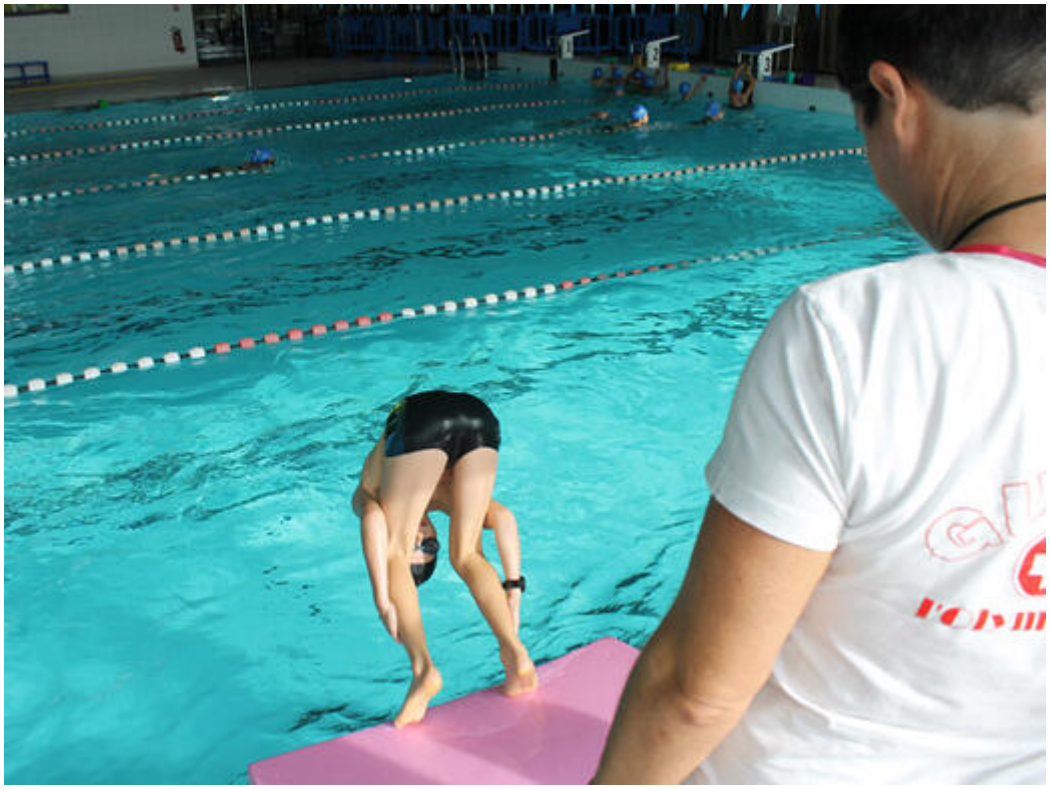
Cet été encore, les maitres-nageurs de l'Olympide proposent des stages de natation pour les 5-10 ans afin d'améliorer l'aisance aquatique des enfants. Sur une période où la fréquention des piscines, des cours d'eau, de la mer ou de l'océan, cest stages sont également très appréciés par les parents.

Pour que ces apprentissages portent leurs fruits, le stage se déroule en une séance quotidienne de 45 minutes, de 14h à 14h45.

Les stages de l'été 2025 :

- Du mardi 15 juillet au vendredi 18 juillet, de 14h à 14h45.
- Du lundi 21 juillet au vendredi 25 juillet, de 14h à 14h45.
- Du lundi 28 juillet au vendredi 1er août, de 14h à 14h45.
- Du lundi 4 août au vendredi 8 août, de 14h à 14h45.
- Du lundi 11 août au jeudi 14 août, de 14h à 14h45.
- Du lundi 25 août au vendredi 29 août, de 14h à 14h45.

Inscription auprès de l'accueil du centre aquatique intercommunal, sur place ou par téléphone au 04 76 38 35 38.



Test d'aisance aquatique

L'attestation d'aisance aquatique est une demande bien connue des parents dont les enfants fréquentent un accueil de loisirs, une colonie de vacances ou des stages sportifs pendant l'été. Cette attestation est impérative pour que l'enfant puisse pratiquer certaines activités aquatiques.

Le test d'aisance aquatique comporte 5 épreuves :

- Effectuer un saut dans l'eau
- Réaliser une flottaison sur le dos pendant cinq secondes
- Réaliser une sustentation verticale pendant cinq secondes

- Nager sur le ventre pendant vingt mètres
- Franchir une ligne d'eau ou passer un objet flottant

Le test est dispensé par les maîtres-nageurs de L'Olympide, il a pour but d'évaluer l'aisance aquatique des participants. Le test est gratuit et se déroule sur une séance. Les maîtres-nageurs proposent des créneaux spécifiques pour effectuer ce test.

Test du lundi au vendredi, de 15h à 17h.
Du lundi 7 juillet au vendredi 1er août.
Puis du lundi 11 au vendredi 29 août.

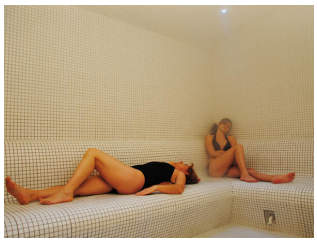
Renseignement et inscription auprès de l'accueil du centre aquatique.
Test gratuit.

Et aussi...

Dans la famille centre aquatique...

Piscine

Cardio-fitness



Bien-être

Les tarifs

Snack