

OUVERTURES AU PUBLIC (Hors vacances scolaires)

Piscine et Hammam		Ouverture	Fermeture
Lundi	Bassin Ludique		
	Bassin Sportif	12h 18h	13h30 20h30
Mardi	Bassin Ludique	12h 18h	12h45 20h
	Bassin Sportif	12h 17h30	13h30 20h
Mercredi	Bassin Ludique	16h	17h45
	Bassin Sportif	17h	20h45
Jeudi	Bassin Ludique	12h 19h15	12h45 20h45
	Bassin Sportif	12h 17h30	13h30 20h45
Vendredi	Bassin Ludique		
	Bassin Sportif	12h	13h30
Samedi	Bassin Ludique	14h30	18h45
	Bassin Sportif	11h 14h30	13h30 18h45
Dimanche	Bassin Ludique	9h	12h45
	Bassin Sportif	9h	12h45

NB : La fermeture totale de l'établissement aura lieu 15 minutes après l'heure indiquée.



Animations sur les heures "public" :

Aménagement familial le mardi de 18h à 19h30 (variable en fonction de la fréquentation et à l'appréciation du maître-nageur).
Sur les heures d'ouverture au public, mise à disposition de matériel ludique (brassards, frites, toboggan, bigliss...)

OUVERTURE "SAISON ÉTÉ"

Vos Horaires changent pour la semaine 27 (Renseignements sur www.simurois.fr ou à l'accueil de la piscine).

La saison estivale 2020 commencera officiellement le samedi 4 juillet jusqu'au dimanche 30 août 2020.

Lundi au samedi	10h à 19h30
Dimanche et jours fériés	13h30 à 19h30

Divers stages, activités et animations sont proposés durant les vacances scolaires.

Renseignements auprès du personnel d'accueil et régulièrement sur notre site internet www.simurois.fr

TARIFS

	Public	Résidents	Extérieurs
Adultes		4€	7,50€
Tarif réduit ⁽¹⁾		2,50€	4,40€
Carte adulte 12 entrées		35€	51,50€
Tarif réduit 12 entrées ⁽²⁾		25€	33€
Cartes 10 heures		18,50€	30,50€
Cartes 30 heures		49,50€	61,50€
Carte Famille 4 entrées ⁽³⁾		11€	16€
Hammam : 1 séance avec accès bassins		8,50€	13€
Hammam : 12 séances avec accès bassins		88€	132€
Hammam : 1 séance accès déjà payé		5,50€	8,50€
Carte de 5 leçons natation (entrée à payer en plus)		60,50€	66€
Carte de 10 leçons natation (entrée à payer en plus)		112€	121€
Activité "1 séance"		7,50€	9€
Aquabike location libre 1/2 heure (inclus l'entrée à la piscine)		7,50€	9€
Aquabike 1 cours		12€	13,20€
Aquabike 10 cours		110€	120€
Stage 7 heures		60,50€	60,50€
Bonnet de bain		1€	1€
Carte d'abonnement		3€	3€

⁽¹⁾ Tarif réduit : -16 ans, demandeurs d'emploi, étudiants (-26 ans), seniors (+62 ans), PMR / ⁽²⁾ Hors demandeurs d'emploi / ⁽³⁾ Le tarif "carte famille" n'est accordé que pour 1 parent + 3 enfants de moins de 16 ans ou 2 parents + 2 enfants de moins de 16 ans (Famille de la même fratrie et/ou même foyer fiscal). Le livret de famille et/ou relevé d'imposition et/ou les cartes d'identité peuvent vous être demandés comme pièces justificatives. Entrées gratuites pour les enfants de -3 ans accompagnés d'un adulte.

NB : le tarif "résident" n'est accordé que sur présentation d'un justificatif de domicile. Le tarif "résidents" est accordé :

- aux résidents des communes de Colombier-Saugnieu, Genas, Saint Pierre de Chandieu, Jons, Toussieu, Pusignan et Grenay sur toutes les entrées et activités à l'exception des "hammams".
- aux personnes travaillant dans les entreprises situées sur les communes de Saint Bonnet et Saint Laurent de Mure pour les entrées piscine.



Un justificatif récent (domicile ou travail) est OBLIGATOIREMENT À PRÉSENTER au moment de l'achat des articles.



FERMETURES 2019/2020

Arrêts techniques

Se renseigner à l'accueil sur les bassins éventuellement ouverts.

Fermetures

- Les jours fériés à l'exception du 14 juillet et 15 août 2019.
- Semaine entre Noël et jour de l'an (du lundi 23 décembre inclus au jeudi 2 janvier 2020 inclus).

SURVEILLANCE

Les bassins sont équipés d'un système de surveillance assisté par ordinateur d'aide à la prévention des noyades.

ACCESSIBILITÉ PMR

Des parkings aux plages. Fauteuil handi "piscine" à disposition.

HYGIÈNE

Pour votre confort, afin de réduire les apports en eau et en produits désinfectants :

- Le port du bonnet de bain est obligatoire pour tous les publics.
- Les shorts, bermudas, caleçons de bain, paréos, et vêtements de bain amples et/ou recouvrant le corps dans sa totalité ne sont pas autorisés pour la baignade (même provenant d'un magasin spécialisé).
- Le passage par les sanitaires puis la douche sont obligatoires avant la baignade.
- Il est interdit de pénétrer chaussé (Claquettes, Tonges incluses) sur les plages. Les chaussettes ou chaussures caoutchouc "spécial piscine" sont autorisés.
- Les sacs et serviettes doivent être propres.

réalisation : Micro 5 Lyon - photographies : SIM. Document non contractuel.

Nouveau site internet www.simurois.fr

Sim
Syndicat
intercommunal
murois

Tél. 04 72 48 63 46
syndicatumurois@simurois.fr
9, rue André Malraux
69720 Saint Laurent de Mure
GPS : 5°2'10" Est / 45°41'21" Nord

ACTIVITÉS ET ANIMATIONS POUR LES ENFANTS ET FUTURES MAMANS

Activité pré et postnatale

Le samedi matin de 12h15 à 13h.
 Tarif : • 7,50€ la séance (résidents)
 • 9€ la séance (extérieurs)

Bébés nageurs

Une séance par semaine, le samedi à 9h (de 4 à 18 mois),
 ou 9h45 (de 19 à 36 mois).
 Tarifs : • Résidents : 165€/an • Extérieurs : 181,50€/an

Jardin aquatique

Une séance par semaine, le mercredi à 15h (de 3 à 6 ans) et
 le samedi à 10h45 (de 3 à 4 ans) ou 11h30 (de 5 à 6 ans).
 Tarifs : Résidents : 165€/an • Extérieurs : 181,50€/an

APPRENTISSAGE DE LA NATATION ET PEUR DE L'EAU

Aquaphobie par modules cumulables

Stage de 7 heures sur 3 jours en octobre
 (dates à déterminer) + 3 modules de 1h/semaine
 sur 7 semaines. Tarif : 60,50€ le stage ou le module

Apprentissage de la natation (à partir de 5 ans)

Plusieurs 1/2 heures hebdomadaires vous sont proposées mais aussi sous forme de stage pendant les vacances
 scolaires. Tarifs : Carte de 5 leçons natation (entrée à payer en plus), Résidents : 60,50€/an • Extérieurs : 66€/an
 - Carte de 10 leçons natation (entrée à payer en plus), Résidents : 112€/an • Extérieurs : 121€/an

VOUS ÊTES PERDUS ? Voici les définitions de chacun de nos cours. Faites votre choix et atteignez vos objectifs !

Aqua-fitness

Cours collectifs en musique
 fun et dynamique favorisant
 l'entretien physique
 et la dépense énergétique.
 Une séance de 3/4 d'heure
 par semaine. Tarifs :
 Résidents : 180€/an
 Extérieurs : 200€/an
 (supplément de 3€ de badge
 magnétique pour un achat initial)

Aqua-bike

Entraînement cardio-vasculaire
 sur un vélo dans l'eau. Inscr-
 ptions au cours, sur réservation,
 tarif "aquabike". Une séance
 de 3/4 d'heure par semaine
 (dont 7 minutes d'installation et
 7 minutes de désinstallation).
 Location sur certaines plages
 "public": voir à l'accueil.
 (supplément de 3€ de badge
 magnétique pour un achat initial)

Aqua-mix

Préparation physique en petit
 groupe sur différents ateliers
 dans l'eau (Matériels
 spécifiques utilisés).
 Une séance de 3/4 d'heure
 par semaine. Tarifs :
 Résidents : 185€/an
 Extérieurs : 205€/an
 (supplément de 3€ de badge
 magnétique pour un achat initial)

Aqua-legs

Renforcement musculaire ciblé
 des cuisses, des abdos et
 des fessiers dans l'eau
 (Matériels spécifiques utilisés).
 Une séance de 3/4 d'heure
 par semaine. Tarifs :
 Résidents : 185€/an
 Extérieurs : 205€/an
 (supplément de 3€ de badge
 magnétique pour un achat initial)

Aqua-body

Renforcement musculaire du
 haut du corps et des cuisses
 abdos et fessiers dans l'eau
 (Matériels spécifiques utilisés).
 Activités très cardio.
 Une séance de 3/4 d'heure
 par semaine. Tarifs :
 Résidents : 185€/an
 Extérieurs : 205€/an
 (supplément de 3€ de badge
 magnétique pour un achat initial)



	MATIN	MIDI	APRÈS-MIDI	SOIRÉE
Lundi		11h15-12h Aquabike PB	12h15-13h AquaFit* PB	17h-17h45 Aquamix* GB 18h30-19h15 AquaFit** PB 19h30-20h15 Aqualegs** PB
Mardi		11h15-12h AquaFit* GB	12h45-13h30 Aquabike PB 16h-16h45 AquaFit* PB 16h45-17h30 AquaFit* PB	20h-20h45 Aquabike PB
Mercredi		11h30-12h15 Aquamix* GB		17h45-18h30 Aquabike PB 18h30-19h15 AquaFit** PB 19h30-20h15 AquaBody** PB
Jeudi			12h45-13h30 Aquabike PB	17h45-18h30 AquaFit* PB 18h30-19h15 Aquabike PB
Vendredi	8h45-9h30 Aquabike PB		12h15-13h AquaFit* PB	
Samedi		9h-9h45 AquaFit** GB 10h-10h45 Aquamix** GB		

** **INTENSIF** : idéal pour les personnes cherchant la dépense énergétique :
 déconseillé aux personnes ayant des problèmes articulaires
 (tendinites, entorses, problèmes de dos etc.) déconseillé aux seniors

* **DOUX** : idéal pour débuter une activité sportive : ouvert à tous sans contre-indication

PB = Petit Bassin • **GB** = Grand Bassin

INSCRIPTIONS SAISON 2019-2020

- Pour les activités à l'année : Le lundi 2 septembre 2019 de 13h à 19h, puis tout le mois de septembre dans la limite des places disponibles.
- Pour les activités à l'année **UNIQUEMENT PARTENAIRES CCEL** (St Laurent de Mure, St Bonnet de Mur, St Pierre de Chandieu, Toussieu, Genas, Jons, Pusignan et Colombier-Saugnieu) : le mardi 3 septembre de 13h à 19h puis tout le mois de septembre dans la limite des places disponibles.
- Pour les activités à l'année **POUR TOUS** : du mercredi 4 au vendredi 6 septembre de 13h à 19h puis tout le mois de septembre dans la limite des places disponibles.

- Pour les Aquabike (Inscriptions durant tout l'été 2019 et toute l'année).

Une permanence sera proposée pour les dernières inscriptions **du lundi 9 au vendredi 13 septembre** (renseignement à l'accueil de la piscine).

Réouverture piscine et reprise des activités le lundi 16 septembre 2019.

⚠ Pour toute activité : attestation d'assurance en RC, certificat médical et justificatif de résidence obligatoire.

Conserver le reste des informations (activités et animations pour les enfants et futures mamans / Apprentissage de la natation / Vous êtes perdus ?).



Nouveau
 site internet
www.simurois.fr



Tél. 04 72 48 63 46
 syndicatmurois@simurois.fr
 9, rue André Malraux
 69720 Saint Laurent de Mure