



**CENTRE NAUTIQUE**  
intercommunal  
Guy Châtel



# **GUIDE** **DU NAGEUR** **SEPTEMBRE 2023**



## LE CENTRE NAUTIQUE GUY CHÂTEL MULTIPLIE SON OFFRE DE SERVICES

Ouvert en 2013, le centre nautique Guy Châtel, situé sur la commune d'Ayze, est un des plus grands établissements publics couverts du département. Depuis son ouverture, il n'a cessé de voir son nombre d'utilisateurs augmenter.

Bassin sportif ou ludique, pataugeoire pour les enfants, plage minérale, aménagements extérieurs, tout a été pensé pour pouvoir accueillir un public le plus large possible ainsi que l'ensemble des scolaires du territoire de la communauté de commune Faucigny Glières qui peuvent venir y apprendre à nager.

Aujourd'hui, les besoins ont évolué et le centre nautique s'adapte afin de satisfaire au mieux les besoins de l'ensemble des usagers. Ainsi, dès le mois de juillet 2022, de nouveaux horaires sont mis en place et permettront au grand public de voir le nombre d'heures augmenter considérablement aussi bien en période scolaire que pendant les semaines de vacances.

De plus, l'offre d'activités va être largement diversifiée et coller à la demande des usagers. Des cours pour les femmes enceintes en passant par des animations 4<sup>e</sup> âge, cours de sport santé ou d'aquaphobie, accueil au jardin aquatique pour les petits... il y en aura pour tous les goûts.

Vous pourrez retrouver l'ensemble des activités et propositions dans ce nouveau Guide du nageur ainsi que toutes les informations pratiques relatives au fonctionnement de ce centre nautique.

Le président, Stéphane Valli et les élus de la CCFG





# SOMMAIRE

**HORAIRES**

**4-5**

**LE BÉBÉ ET LA NAGE**

**6-7**

**L'ENFANT ET LA NAGE**

**8-9**

**L'ADULTE ET LA NAGE**

**10-11**

**FORME AQUATIQUE**

**12-13**

**ÉQUIPEMENTS**

**14-15**

**QUELQUES RÈGLES**

**16-17**

**TARIFS**

**18-19**



A photograph of an indoor swimming pool with a high wooden-beamed ceiling, a second-floor balcony, and artificial palm trees. A large orange graphic on the left side of the image contains the word 'HORAIRES' in white capital letters. The pool has lane lines and a diving board is visible in the background.

# HORAIRES



# EN PÉRIODE SCOLAIRE

**LUNDI, MARDI, JEUDI ET VENDREDI** DE 11H30 À 14H ET 16H30 À 20H30.

**LE MERCREDI** DE 11H30 À 17H30.

**LE WEEK-END** DE 10H À 16H30.

# TOUTES LES VACANCES

**DU LUNDI AU VENDREDI** DE 10H À 20H.

**LE WEEK-END** DE 10H À 19H.

**À NOTER :** les caisses ferment 45 minutes avant l'horaire de fermeture.  
L'évacuation des bassins débute 20 à 30 minutes avant la fermeture du centre nautique

## FERMETURES EXCEPTIONNELLES

- le 1<sup>er</sup> janvier,
- le lundi de Pâques,
- le 1<sup>er</sup> mai,
- le jeudi de l'Ascension,
- le 1<sup>er</sup> novembre,
- le 25 décembre.

**Pour des raisons de maintenance technique, le centre nautique sera fermé une fois par an sur une période de quinze jours.**



An underwater photograph of a baby being held by an adult's hands. The baby is looking up, and the water is filled with many bubbles. The lighting is bright, creating a serene and joyful atmosphere. The adult's hands are visible, supporting the baby from below and the side. The background is a clear blue water.

# LE BÉBÉ ET LA NAGE



# BÉBÉS NAGEURS

**DE 6 MOIS À 6 ANS, LE SAMEDI ET LE DIMANCHE DE 8H30 À 9H15 - DE 9H15 À 10H.**

Durant cette séance le maître-nageur sauveteur accompagne dans l'eau, le ou les parents pour l'aider à l'initier au milieu aquatique (15 places).

**17,60 €/LA SÉANCE DE 45 MINUTES**

**POUR RAPPEL :** Ces activités sont interrompues pendant les grandes vacances.

**Une réservation est nécessaire pour toute participation à ces activités.**





# L'ENFANT ET LA NAGE





## ACTIVITÉS TRIMESTRES

(10 séances / 3 mois)

- **Débutant 6-10 ans** : lundi à 17h et 17h40, mardi à 17h, mercredi à 14h25 et 16h45, jeudi 16h50, vendredi 17h30, samedi à 9h20 et 13h45.
- **Débutant 8-12 ans** : mercredi à 13h45.
- **Perfectionnement 6-10 ans** : lundi à 17h, mardi à 17h35, mercredi à 12h15, jeudi à 17h25, vendredi à 17h et 17h40, samedi à 11h05 et 14h30.
- **Perfectionnement 10-15 ans** : lundi à 17h40, mercredi à 13h45.
- **Confirmé 6-10 ans** : mercredi à 12h55, samedi à 15h10.
- **Confirmé 10-15 ans** : jeudi à 18h50, vendredi à 18h20.
- **Expert junior 8-12 ans** : mardi à 17h35.
- **Expert ado 13-16 ans** : mardi à 18h20.

## ACTIVITÉS SEMESTRES

(15 séances / 6 mois)

- **Grand débutant 6-10 ans** : mercredi à 15h55.
- **Débutant 6-10 ans** : mercredi à 12h15 et 17h30.
- **Perfectionnement 6-10 ans** : mercredi à 14h25 et 15h05.
- **Confirmé 6-10 ans** : mercredi à 15h05.
- **Confirmé 10-15 ans** : mercredi à 15h55.
- **Expert junior 8-12 ans** : mercredi à 16h45.

## ACTIVITÉS PETITES VACANCES

(10 séances / 2 semaines)

- **Débutant 6-10 ans** (sous réserve).
- **Perfectionnement 6-10 ans** (sous réserve).
- **Confirmé 6-10 ans** (sous réserve).

**DURÉE** des cours :

■ **35 MINUTES** pour débutant, grand débutant et perfectionnement.

■ **45 MINUTES** pour confirmé et expert.

**116 €\***

\*Pour les trimestres.

**152 €\***

\*Pour les semestres.

**116 €\***

\*Pour les vacances.

**DÉBUTANT** : l'enfant ne sait pas se maintenir en surface sans aide matérielle. Il refuse de lâcher le mur sans flotteurs (max. 12 places).

NOUVEAUTÉ

**GRAND DÉBUTANT** : l'enfant souhaite se libérer de ses appréhensions et de se familiariser avec le milieu aquatique (max. 5 places. **152 €/15 séances**)

**PERFECTIONNEMENT** : l'enfant sait sauter dans l'eau, remonter à la surface et revenir au bord seul. Il est capable de se déplacer sur environ 12 m sans matériel (max. 12 places).

**CONFIRMÉ** : l'enfant maîtrise le crawl avec respiration latérale (25 m) et le dos crawlé (25 m) (max. 12 places).

**EXPERT** : l'enfant sait nager sur le dos (50 m), en brasse (50 m), en crawl (50 m) et enchaîner 200 sans s'arrêter (max. 12 places).

**Un test de niveau (sur rendez-vous) est obligatoire.**



# L'ADULTE ET LA NAGE





# ATTENTION, en période scolaire uniquement !

## NATATION

- **Aquaphobe** (max. 5 personnes) : lundi à 13h10, vendredi à 13h10.
- **Débutant** (max. 5 personnes) : lundi à 12h40, mercredi à 17h30.
- **Perfectionnement** (max. 16 personnes) : mercredi à 18h15 et 19h35, samedi à 10h05.
- **Perfectionnement 2** (max. 16 personnes) : lundi à 18h30, mercredi à 17h10.
- **Confirmé** (max. 16 personnes) : mercredi à 18h15, jeudi à 20h.
- **Entraînement nageur** (max. 16 personnes) : mardi à 20h.
- **Nage avec palmes** (max. 16 personnes) : lundi à 19h45.

### DURÉE des cours :

- **45 MINUTES** pour aquaphobe, débutant et perfectionnement.
- **60 MINUTES** pour entraînement nageur, perfectionnement 2 et nage avec palmes.
- **75 MINUTES** pour la natation confirmé.

**252 €\***

\*Pour débutant.

**152 €\***

\*Pour perfectionnement, confirmé et palmes.

**19 €/LA SÉANCE\***

\*Selon les places disponibles.

**AQUAPHOBE** : la personne a peur de l'eau (**252 €/15 séances**).

**DÉBUTANT** : la personne n'a pas peur de l'eau mais ne sait pas nager même sur quelques mètres.

**PERFECTIONNEMENT** : la personne arrive à se déplacer sur 25 m sans flotteurs mais ne maîtrise ni la respiration, ni les techniques de nage.

**PERFECTIONNEMENT 2** : la personne est capable de faire 100 m sans s'arrêter et maîtrise 2 nages.

**CONFIRMÉ** : la personne est capable de nager 1000 m.

**ENTRAÎNEMENT NAGEUR** : basé sur de l'entraînement pour la réalisation d'objectifs personnalisés.

# FORME AQUATIQUE







# ATTENTION, EN PÉRIODE SCOLAIRE UNIQUEMENT !

## **AQUA SENIORS/** Permet de prévenir les douleurs liées à l'âge

Lundi à 16h10, mardi à 11h15, vendredi à 15h45.

206 €

## **AQUAGYM/** Permet de se maintenir en forme sans risque de blessure

Lundi à 17h, mardi à 13h, mercredi à 10h35 et 19h10, jeudi à 11h15, à 13h et 19h40.

206 €

## **AQUABIKE/** Vélo aquatique sur une musique entraînante

Lundi à 12h15, 19h40 et 20h30, vendredi à 12h20.

206 €

## **AQUAFITNESS/** Travail sur tout le corps avec du matériel aquatique

Mercredi à 20h.

206 €

## **AQUA TRAINING/** Exercices d'intensité variés

Lundi à 18h.

206 €

## **AQUAJOGGING/** Aquagym en grand bassin

Lundi à 18h55.

206 €

## **ENTRAÎNEMENT INTENSIF/** Entraînement fractionné de haute intensité

Mercredi à 17h20.

206 €

\*La durée d'une séance est de 45 min sauf pour l'entraînement intensif (30 min).

**LOCATION D'UN BIKE PENDANT 1 HEURE : 12 €**  
**LA SÉANCE D'AQUA FORME : 19 €**

# ÉQUIPEMENTS







**BASSIN SPORTIF DE 525 M<sup>2</sup>**

**8 COULOIRS DE 25 M**

**BASSIN LUDIQUE DE 250 M<sup>2</sup>**

**PATAUGEOIRE DE 80 M<sup>2</sup>**

**PLAGE MINÉRALE/SOLARIUM**

**PARC D'ENVIRON 3000 M<sup>2</sup>**

**TERRAIN DE BEACH-VOLLEY**

**PLAINE DE JEUX AQUATIQUE 270 M<sup>2</sup>**

# QUELQUES RÈGLES







## RAPPEL DE QUELQUES RÈGLES DE FONCTIONNEMENT ET D'HYGIÈNE



- Une zone de déchaussage se situe immédiatement après les portillons d'accès afin de conserver le centre nautique le plus propre possible.
- Hormis pour le personnel, il est interdit de circuler avec des chaussures dans la zone pieds nus débutant avant l'entrée aux vestiaires.



- Une douche savonnée est obligatoire avant l'accès aux bassins permettant de limiter l'utilisation de chlore afin de traiter l'eau des bassins.



- Les mineurs ne sachant pas nager, ainsi que les mineurs de moins de 11 ans ne sont pas acceptés au sein de l'établissement sans être accompagnés d'une personne majeure.



- Le port du short, du bermuda ou d'un tee-shirt est interdit dans la partie intérieure du centre nautique. Le maillot de bain réglementaire, collant au corps, est exigé. Les maillots de type « combinaison » sont limités en longueur : au-dessus des genoux, au-dessous des coudes et à la base du cou.

- Il est interdit d'accéder au bassin habillé.



- Le bonnet de bain est recommandé. Néanmoins, en l'absence de celui-ci, les cheveux longs doivent obligatoirement être attachés.



- Il est interdit de prendre des photos.

# TARIFS





# ENTRÉE

SIMPLE 6 €

PLUS DE 65 ANS 5,50 €

MOINS DE 3 ANS ET PLUS DE 80 ANS GRATUIT

PLUS DE 3 ANS À 16 ANS 4 €

PLUS DE 16 ANS, LYCÉENS ET ÉTUDIANTS (SUR PRÉSENTATION DE LA CARTE) 4,50 €

ACHAT CARTE MAGNÉTIQUE 6 €

## LES FORFAITS (VALABLE 1 AN)

CARTE 12H 47 €

CARTE 30H 109 €

CARTE 12 ENTRÉES 61 €

CARTE 30 ENTRÉES 117 €

CARTE 50 ENTRÉES 164 €

ABONNEMENT ANNUEL 200 €





# **CENTRE NAUTIQUE** intercommunal Guy Châtel

## **ADRESSE POSTALE**

**6, place de l'Hôtel-de-Ville - 74130 Bonneville**

## **ADRESSE PHYSIQUE**

**Route des Îles - 74130 Ayze**



**04 50 97 59 99\***



**centrenautique@ccfg.fr**

*\*Privilégiez vos demandes par mails.*

**[www.ccfg.fr/centrenautique.fr](http://www.ccfg.fr/centrenautique.fr)**

**Conception :** CCFG

**Crédits photos :** Freepik, CCFG.