

## INFOS PRATIQUES

### LEÇONS NATATION Adultes & enfants

Être à l'aise dans l'eau et acquérir des fonctions motrices et respiratoires, pour ensuite apprendre à se déplacer de manière efficace.

**Mercredi** : 14 h - 16 h  
**Samedi** : 9 h - 12 h  
**Vacances scolaires**

**Renseignements  
auprès de l'accueil.**

### AQUAPHOBIE Adultes & enfants

*Vous avez peur de l'eau ?*  
Surmonter en douceur votre peur de l'eau encadré par un maître nageur.

**Lundi et mercredi** :  
12 h - 13 h pendant  
les petites vacances

À  
partir de  
6 ans

### PLONGÉE Adultes & enfants

Initiez-vous ou pratiquez la plongée sous-marine avec le club de plongée *Le Masque et la Palme*.

**Baptêmes / Plongée Handi**

**Renseignements et inscriptions :**  
Delphine STARCEVIC - 06 64 74 96 54

**Lundi** : 19 h - 21 h  
**Vendredi** : 19 h 30 - 22 h



À  
partir de  
9 ans

### ESPACE BIEN-ÊTRE Adultes

Entrez à l'espace bien-être et disposez à volonté d'un sauna et d'un hammam.

Profitez pour faire une pause thé ou café dans le petit salon spécialement aménagé.

Serviettes et peignoirs non fournis.



- Les enfants de moins de 7 ans ou ne sachant pas nager doivent être accompagnés d'une personne majeure.
- N'oubliez pas votre pièce de 1€ ou votre jeton de caddie pour fermer le casier.
- Le short de bain est interdit, seuls les maillots et les boxers sont autorisés.
- Évacuation du bassin et de l'espace bien-être 15 minutes avant la fermeture.
- Fermeture de la caisse 30 minutes avant l'annonce d'évacuation du bassin.

### UNE AIRE DE JEUX Extérieure

- Un espace dédié aux enfants, des jeux sans profondeur et un pentaglass.
- Une pelouse pour poser sa serviette
- Des transats et des parasols pour profiter du soleil.



### Moyens de paiement acceptés :



Chèque : 15 € maximum

## PISCINE AQUAVAL

Rue Villebois Mareuil • 16700 Ruffec  
05 45 31 07 28 • piscine@ccvaldecharente.fr  
www.ccvaldecharente.fr

© Val de Charente - Novembre 2023 - Images : Freepik - Ne pas jeter sur la voie publique



Espace bien-être

Espace aquatique



Aire de jeux enfants

Activités sportives

## Horaires & tarifs

à partir du 1<sup>er</sup> janvier 2024



Aquavaldecharente



Retrouvez toutes les infos et cette plaquette sur notre site Internet.

Avec le concours financier de :



Communauté  
de Communes

Val de Charente



## TARIFS entrées/leçons

(Tarif unique toute l'année)

	Espace aquatique	
	Adulte (18 ans et +)	Tarif Réduit*
<b>Entrée individuelle</b>	4,50 €	2,80 €
• Carte 5 entrées	20 €	12,50 €
• Carte 10 entrées	40 €	25 €
<b>Pause méridienne</b> Entrée 12h30 - 14h Hors vacances scolaires	2 €	
• Carte 5 entrées	10 €	
• Carte 10 entrées	20 €	
<b>Leçons de natation</b> (30 minutes - à partir de 6 ans)	11 €	
<b>Aquaphobie</b>	15 €	
<b>Visiteur</b>	1 €	
<b>Location Aquabike</b> (1 heure - entrée incluse)	8 €	

\*\* Espace bien-être sur réservation pendant les créneaux proposés uniquement au 05 45 31 07 28

	Espace bien-être** Sauna + Hammam	Tous espaces Aquatique + Bien-être
		Réservé aux adultes (+ de 18 ans)
<b>Entrée individuelle</b>	4 €	6 €
<b>Carte 5 entrées</b>	15 €	25 €
<b>Carte 10 entrées</b>	30 €	50 €

### \* TARIF RÉDUIT :

Enfant jusqu'à 18 ans, étudiant, personne en situation de handicap ou à mobilité réduite, demandeur d'emploi, parents de famille nombreuse (à partir de 3 enfants), Amicale du Ruffécois, Institut médico-éducatif, sur justificatif en cours de validité.

**GRATUIT**

pour les enfants de moins de 4 ans.

## ACTIVITÉS AQUASPORT

(Cours encadrés de 45 minutes, sur réservation uniquement)

### AQUAGYM

*Envie de se remettre en forme tout en galbant sa silhouette en douceur ?*

L'aquagym permet de muscler tout son corps, en alliant bien-être et relaxation.

**Lundi : 12 h - 13 h**  
**Mardi : 12 h - 13 h**  
**Mercredi : 19 h - 20 h**  
**Vendredi : 12 h - 13 h**

### AQUABIKE

Idéal pour raffermir le bas du corps, développer la tonicité musculaire et aider à soulager les articulations.

«Travail de cardio»

**Mardi : 9 h - 10 h**  
**Mercredi : 12 h - 13 h**  
**Jeudi : 12 h - 13 h**  
**Vendredi : 19 h - 20 h**

### AQUAFIT

De l'aquagym tonique pour renforcer les muscles du corps, en rythme et en musique.

«Travail de cardio»

**Jeudi : 19 h - 20 h**

### Aquasports

	À l'unité	Carte
	<b>Aquagym - Aquabike</b> <b>Aquafit</b> (+ de 18 ans)	8 €

Les horaires des aquasports diffèrent pendant les vacances scolaires et la période estivale (voir fiches horaires des vacances)

## Horaires D'OUVERTURE au public

(hors vacances scolaires)

	Espace aquatique Bassin 25 m		Espace bien-être** Sauna + Hammam	
	<b>Lundi</b>	13h-14h	16h-19h	-
<b>Mardi</b>	13h-14h	16h-19h	-	
<b>Mercredi</b>	12h30-14h	16h-19h	16h-19h	
<b>Jeudi</b>	12h30-14h	16h-20h	16h-20h	
<b>Vendredi</b>	13h-14h	16h-19h	-	
<b>Samedi</b>	9h-12h	14h-19h	9h-12h	14h-19h
<b>Dimanche</b>	9h-12h		9h-12h	

\*\* Espace bien-être sur réservation uniquement

- **Évacuation du bassin et de l'espace bien-être, 15 minutes** avant la fermeture.
  - Fermeture de la caisse **30 minutes** avant l'évacuation du bassin et de l'espace bien-être.
  - Fermeture une semaine dans l'année pour vidange.
  - Horaires sous réserve de modification.

**Nouveau**

**Prochainement**  
réservez vos activités  
et achetez vos entrées  
directement en ligne !



## Horaires D'OUVERTURE au public (Vacances scolaires)

	Espace aquatique Bassin 25 m		Espace bien-être** Sauna + Hammam	
Lundi	9h-12h	14h-19h	-	
Mardi	9h-12h	14h-19h	-	
Mercredi	9h-12h	14h-19h	16h-19h	
Jeudi	9h-13h	15h-20h	16h-20h	
Vendredi	9h-12h	14h-19h	-	
Samedi	9h-12h	14h-19h	9h-12h	14h-19h
Dimanche	9h-12h		9h-12h	

\*\* Espace bien-être sur réservation uniquement

- **Évacuation du bassin et de l'espace bien-être 15 minutes** avant la fermeture.
  - Fermeture de la caisse **30 minutes** avant l'évacuation du bassin et de l'espace bien-être.
  - Fermeture une semaine dans l'année pour vidange.
- Horaires sous réserve de modification.

Nouveau

Prochainement  
réservez vos activités  
et achetez vos entrées  
directement en ligne !



## ACTIVITÉS AQUASPORT

(Cours encadrés de 45 minutes, sur réservation uniquement vacances scolaires, hors période estivale)

### AQUAGYM

*Envie de se remettre en forme tout en galbant sa silhouette en douceur ?*

L'aquagym permet de muscler tout son corps, en alliant bien-être et relaxation.

**Mardi : 12 h - 13 h**  
**Mercredi : 19 h - 20 h**

### AQUABIKE

Idéal pour raffermir le bas du corps. Développer la tonicité musculaire et aide à soulager les articulations.

*«Travail de cardio»*

**Lundi : 19 h - 20 h**  
**Vendredi : 12 h - 13 h**

### AQUAFIT

De l'aquagym tonique pour renforcer les muscles du corps, en rythme et en musique.

*«Travail de cardio»*

**Vendredi : 19 h - 20 h**

### AQUAPHOBIE

Adultes & enfants

*Vous avez peur de l'eau ?*

Surmonter en douceur votre peur de l'eau encadré par un maître nageur.

**Lundi et mercredi : 12 h - 13 h**



Pour plus d'infos, suivez-nous sur Facebook  
**Aquavaldecharente**  
et sur notre site Internet [ccvaldecharente.fr](http://ccvaldecharente.fr)



## Horaires D'OUVERTURE au public

(Grandes vacances - Du 6/07 au 01/09/24)

	Espace aquatique Bassin 25 m		Espace bien-être** Sauna + Hammam	
Lundi	9 h - 12 h	14 h - 19 h	-	
Mardi	9 h - 12 h	14 h - 19 h	-	
Mercredi	9 h - 12 h	14 h - 19 h	16 h - 19 h	
Jeudi	9 h - 13 h	14 h - 20 h	16 h - 19 h	
Vendredi	9 h - 12 h	14 h - 19 h	-	
Samedi	9 h - 12 h	14 h - 19 h	9 h - 12 h	14 h - 19 h
Dimanche	9 h - 12 h		9 h - 12 h	

\*\* Espace bien-être sur réservation uniquement

- **Évacuation du bassin et de l'espace bien-être 15 minutes** avant la fermeture.
  - Fermeture de la caisse **30 minutes** avant l'évacuation du bassin et de l'espace bien-être.
  - Fermeture une semaine dans l'année pour vidange.
- Horaires sous réserve de modification.

Nouveau

Prochainement  
réservez vos activités  
et achetez vos entrées  
directement en ligne !





## ACTIVITÉS AQUASPORT

(Cours encadrés de 45 minutes, sur réservation uniquement vacances scolaires, hors période estivale)

### AQUAGYM

*Envie de se remettre en forme tout en galbant sa silhouette en douceur ?*

L'aquagym permet de muscler tout son corps, en alliant bien-être et relaxation.

**Mardi : 19h - 20h**

### AQUABIKE

Idéal pour raffermir le bas du corps. Développer la tonicité musculaire et aide à soulager les articulations.

*«Travail de cardio»*

**Jeudi : 12h - 13h**

## AIRE DE JEUX EXTÉRIEURE

(Accessible tous les jours aux horaires d'ouverture de l'espace aquatique)



Pour plus d'infos, suivez-nous sur Facebook  
**Aquavaldecharente**  
et sur notre site Internet [ccvaldecharente.fr](http://ccvaldecharente.fr)