



L'ÉTE

DANS VOS PISCINES



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





LES PISCINES SE METTENT À L'HEURE D'ÉTÉ

PISCINE ALFRED NAKACHE - SAUVIAN

Venez découvrir son bassin olympique extérieur de 50 m, un bassin intérieur de 25 m, un splashpad et un pentaglide 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 mercredi 11 au dimanche 29 juin. Les dimanches 15, 22 et 29 juin ouverture des bassins toute la journée de 9h à 18h.
- Pentaglide : Les mercredis, samedis et dimanches du 15 juin au 06 juillet de 14h30 à 17h30

PISCINE MURIEL HERMINE - SERVIAN

Venez découvrir son bassin intérieur de 25 x 12,5 m avec ses nombreuses activités (aquabike, aquagym ; 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 baignades aux abords des bassins ou sur l'espace engazonné.

Ouverture des extérieurs en juin :

- Dès le 11 juin les mercredis de 12h à 17h45 et les samedis de 11h30 à 18h15

PISCINE LÉO LAGRANGE - BÉZIERS

Venez découvrir ses deux bassins couverts de 25x21 m (sportif) et de 25x10 m, son grand bassin ludique extérieur de 250 m² et sa pataugeoire extérieure. **Nouveauté cet été** : Splashpad en intérieur pour les enfants de 4 mois à 10 ans maxi. Pour une détente complète nous vous proposons un nouvel aménagement extérieur sur la zone détente (bain de soleil, parasol...).

Ouverture des extérieurs en juin :

- Dès le 11 juin les mercredis et samedis de 12h à 17h45

DÉBUT SAISON ESTIVALE

Horaires d'été à partir du Lundi 30 juin jusqu'au dimanche 31 août.

Fermeture des bassins extérieurs 15 min avant

STAGES NATATION ENFANTS

Réservation par téléphone ou à l'accueil de vos piscines

PISCINE ALFRED NAKACHE

Juin

Stage explorateur (4/5 ans) • du 10 juin au 4 juillet • Séance le mardi et vendredi de 17h30 à 18h15 et le mercredi de 11h à 11h45 (soit 10 séances)

Stage apprentissage (à partir de 6 ans) • du 23 juin au 4 juillet • 1 séance par jour • du lundi au vendredi de 17h30 à 18h15 et le mercredi de 16h15 à 17h sur 2 semaines (soit 10 séances)

Juillet / Août • du 7 juillet au 1^{er} août

Stage apprentissage (à partir de 6 ans) • 10 séances sur 1 semaine • 2 séances par jour • du lundi au vendredi de 10h à 10h45 et de 17h à 17h45

COURS À LA CARTE • du 7 juillet au 28 août

Perfectionnement (à partir de 6 ans) • mardi, mercredi et jeudi de 18h à 18h45

PISCINE MURIEL HERMINE

Juillet / Août

STAGE À LA SEMAINE • du 7 juillet au 1^{er} août

Possibilité de réserver l'accueil de Loisirs de Servian pour une prise en charge à la journée, renseignements à l'accueil de la piscine.

Explorateur (4/5 ans) • 4 séances de 45min • lundi, mardi, jeudi vendredi de 11h à 11h45 •

Semaine du 14 juillet : 3 cours de 45min – mardi, jeudi, vendredi

Apprentissage (à partir de 6 ans) • 8 séances de 45min • 2 cours par jour • lundi, mardi, jeudi, vendredi de 11h à 11h45 et de 17h à 17h45

Semaine du 14 juillet : 6 cours d'1 h • mardi, jeudi, vendredi

COURS À LA CARTE • du 7 juillet au 31 août

Explorateur (4/5 ans) • séance de 45 min • samedi de 10h30 à 11h15

Perfectionnement (à partir de 6 ans) • séance de 45 min • lundi et mercredi de 18h à 18h45

PISCINE LÉO LAGRANGE

Juin • du 16 au 27 juin

Apprentissage (à partir de 5 ans) • 1 séance par jour • du lundi au vendredi de 17h30 à 18h15 ou 18h20 à 19h pendant 2 semaines (soit 10 séances)

Juillet / Août • du 30 juin au 29 août

Stage apprentissage (à partir de 5 ans) • 10 séances sur une semaine • 2 cours par jour • du lundi au vendredi de 10h15 à 11h et de 17h à 17h45

Sauf semaine du 15 août : 8 séances d'1 h de 10h15 à 11h15 et de 17h à 18h

ANIMATIONS

(animations gratuites hors coût d'une entrée piscine)

PISCINE ALFRED NAKACHE

À partir du lundi 7 juillet

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
14H30-16H30 PARCOURS AQUATRACK	14H30-15H30 JEUX AQUATIQUES <i>Paddle, Course de tapis.</i>	14H30-16H30 AQUA VOLLEY	14H30-16H30 PARCOURS AQUATRACK	14H30-15H30 JEUX AQUATIQUES <i>Paddle, Course de tapis.</i>
14H30-16H30 AQUA VOLLEY	14H30-16H30 WATERPOLO		14H30-16H30 WATERPOLO	14H30-16H30 AQUA VOLLEY
17H45-18H45 BOUÉES POOL PARTY		17H45-18H45 BOUÉES POOL PARTY		
PENTAGLISS OUVERT TOUS LES JOURS DE 14H-18H				

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

À partir du lundi 30 juin

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI & DIMANCHE
14H15-16H30 AQUAVOLLEY	14H15-16H30 AQUAVOLLEY	14H15-16H30 AQUAVOLLEY	14H15-16H30 AQUAVOLLEY	14H15-16H30 AQUAVOLLEY	PARCOURS DU COMBATTANT
14H15-16H30 JEUX GONFLABLES	14H15-16H30 PARCOURS DU COMBATTANT	14H15-16H30 JEUX GONFLABLES	14H15-16H30 PARCOURS DU COMBATTANT	14H15-16H30 JEUX GONFLABLES	14H-18H30 AQUAVOLLEY

PISCINE LÉO LAGRANGE

Pour les enfants, aménagement du bassin extérieur avec un parcours ludique - tous les jours de 10h15 à 12h30.



ÉVÈNEMENTS

(animations gratuites hors coût d'une entrée piscine)

PISCINE ALFRED NAKACHE

AQUABIKE GÉANT

Jeudi 3 juillet • 19h

Venez-vous éclatez dans une ambiance festive. Tiendrez-vous le rythme !

WEEK-END STARTER SUMMER

Samedi 5 et dimanche 6 juillet

Venez découvrir les nombreuses activités proposées !

BASSIN INTÉRIEUR	10H-11H15 JEUX LUDIQUES ENFANTS	11H30-12H AQUATRaining	14H-17H AQUA VOLLEY		
BASSIN EXTÉRIEUR	10H30-11H AQUABIKE	11H30-12H BOUÉES	14h-16h PARCOURS AQUATIQUE	16H30-17H ZUMBAQUA	17H15-18H INITIATION PADDLE

CINÉ PISCINE

Mardi 15 juillet • 21h30 • Un petit truc en plus

Mercredi 6 août • 21h30 • Le dernier Jaguar

Une petite toile ça vous tente, venez découvrir le ciné à la piscine.

PISCINE MURIEL HERMINE

VENEZ-VOUS CHALLENGER

Adultes à partir de 16 ans

Jeudi 10 juillet et Lundi 4 août • de 9h45 à 10h30 • ZUMB'AQUA

Venez danser sous le soleil

Lundi 28 juillet • de 19h à 19h45 • AQUA PADDLES

Séance alliant équilibre, cardio et fun intensité

Mardi 22 juillet • de 18h30 à 19h15 • BIKE AND PALMES

Allie les bienfaits des palmes cuisses-abdos-fessiers avec le cardio du bike

Jeudi 31 juillet • de 18h30 à 19h15 • BIKE AND STEP

Teste l'Xtrême STEP dans l'eau et le cardio du bike

Lundi 21 juillet • de 12h30 à 13h15 • BIKE AND JUMP

Enchaîne le cardio du bike avec des jumps cuisses-abdos-bras

Mercredi 27 août • de 19h à 19h45 • STRONG RENFO INTENSITY

Cardio et renforcement musculaire haute intensité (HIIT)

Lundi 18 août • de 12h30 à 13h15 • BIKE AND RUN

Hyper cardio fun

RÊVEZ-VOUS DE NAGER COMME UNE SIRÈNE ?

Jeudi 10 et le mardi 15 juillet • 14h-17h • En famille

Le club l'ASTAR vous propose de vous vêtir en sirène pour nager dans les profondeurs de la piscine Muriel Hermine.



AQUAFORM ÉTÉ

TARIF EXCEPTIONNEL DU 15 JUIN AU 31 AOÛT
POUR TOUT ACHAT D'ABONNEMENT AQUAFORM ÉTÉ
1 CARTE DE 10 SÉANCES AQUAFORM
valable du 15 juin au 31 août (non reportable, ni remboursable)

	TARIF NORMAL	TARIF RÉSIDENT
1 séance	9€	8€
10 séances	85€	75€

PLANNINGS DU 30 JUIN AU 31 AOÛT

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 intérieur</i>		12H30-13H15 AQUATRaining <i>Bassin intérieur</i>		12H30-13H15 AQUABIKE <i>Bassin intérieur</i>		
18H10-18H55 AQUATRaining <i>Bassin extérieur</i>	18H10-18H55 AQUABIKE <i>Bassin extérieur</i>		18H10-18H55 AQUAMIX <i>Bassin extérieur</i>	18H10-18H55 AQUABIKE <i>Bassin extérieur</i>		

PISCINE MURIEL HERMINE

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
9H45-10H30 AQUAFITNESS <i>Bassin extérieur</i>	9H45-10H30 AQUAGYM		9H45-10H30 AQUAGYM <i>Bassin extérieur</i>	9H45-10H30 AQUAGYM		10H45-11H30 AQUABIKE
12H30-13H30 AQUABIKE	12H30-13H30 AQUABIKE			12H30-13H30 AQUABIKE		
	18H30-19H15 AQUABIKE		18H30-19H15 AQUABIKE			
19H-19H45 AQUATRaining		19H-19H45 AQUAFITNESS				

PISCINE LÉO LAGRANGE

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
10H15-11H AQUABIKE	10H15-11H AQUAGYM	10H15-11H AQUAGYM	10H15-11H AQUATRaining	10H15-11H AQUAGYM	10H15-11H AQUABIKE
12H30-13H15 AQUATRaining	12H30-13H15 AQUAFITNESS	12H30-13H15 AQUATRaining	12H30-13H15 AQUABIKE	12H30-13H15 AQUAFITNESS	
18H30-19H15 AQUABIKE	18H30-19H15 AQUAFITNESS	18H30-19H15 AQUAFITNESS	18H30-19H15 AQUAFITNESS		



HORAIRES D'ÉTÉ

du samedi 30 juin au dimanche 31 août

PISCINE ALFRED NAKACHE



Chemin de Mazeilles 34 410 Sauvian • Tél : 04 67 01 84 44 • Accès bus :
desservi par les lignes 3 et la Solaire • Ouverte les jours les fériés.

BASSINS INTÉRIEUR ET EXTÉRIEUR

Pentagliss
à partir du 07 juillet

Lundi • mercredi •
vendredi • samedi •
dimanche

10h-19h

14h-18h

Mardi • jeudi

8h-19h

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.

BASSINS INTÉRIEUR ET EXTÉRIEUR

Du lundi au vendredi

12h-19h30

Samedi et dimanche

10h-18h30

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
à partir du 1^{er} au 3 septembre inclus. Réouverture prévue le 4 septembre.

GRAND BAIN - PETIT BAIN BASSIN EXTÉRIEUR

**NOUVEAUTÉ
SPLASHPAD**
Réservé aux enfants
de 4 mois à 10 ans

Du lundi au dimanche

10h-13h • 14h30-19h

10h-13h • 14h30-19h



AGGLOMÉRATION
BÉZIER
MÉDITERRANÉE