



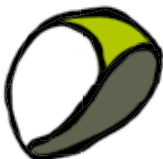
Inf'eau

Les activités
nautiques

Piscine
La Fayette

Piscine
Mallarmé

2010/2011



Ville de
Besançon



Sommaire !

Natation

Niveaux d'apprentissage de la natation.....	3
Leçons collectives enfants – Piscine Mallarmé.....	4
Leçons collectives enfants – Piscine La Fayette.....	4
Leçons collectives adultes.....	5
Leçons individuelles enfants et adultes.....	6
Stages vacances.....	6

Aquagym

Baptêmes de plongée

.....	6
Modalités d'inscription.....	8
Horaires d'ouverture des piscines.....	9
Tarifs.....	10
Hygiène et sécurité.....	11



Niveaux d'apprentissage de la natation

Progression enfants

Caneton

Première approche du milieu aquatique :
se familiariser avec l'eau

Canard

Conquête de l'élément liquide :
s'équilibrer, maîtriser les échanges respiratoires

Têtard

Découverte de la grande profondeur :
se déplacer grâce à 2 techniques de nage,
apprentissage du plongeon

Progression adultes

Triton

Optimiser les déplacements :
s'approprier les 4 nages et le sauvetage

Débutant

Se familiariser avec l'eau

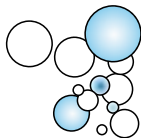
Débrouillé

Découvrir la grande profondeur :
se déplacer grâce à une technique de nage

Perfectionnement

Maîtriser les 4 nages,
perfectionnement du crawl

Apprendre à nager,
c'est se faire plaisir...



Leçons collectives enfants

Âges : de 6 ans à 10 ans
Durée de la leçon : 30 minutes
14 leçons par session (2 sessions/an)

Piscine
Mallarmé

Jours	Horaires
Lundi	17h30-18h05-18h40
Mardi	17h30-18h05-18h40
Mercredi	14h00(*)-14h35-15h10-15h45-16h20
Jeudi	17h15-17h50-18h25
Vendredi	17h15-17h50-18h25

(*) créneau spécifique 5 ans 1/2

Natation

Piscine
La Fayette

Jours	Horaires
Mardi	17h15-17h50-18h25-19h00-19h35
Jeudi	17h15-17h50-18h25
Vendredi	17h15-17h50-18h25-19h00

Renseignements sur les niveaux disponibles
aux différents horaires : www.besancon.fr/sport

Leçons collectives adultes

Piscine
Mallarmé

Jours	Horaires
Lundi	19h15-19h45
Mardi	7h45-8h15
Mercredi	16h20-18h30-19h00-19h30-20h00
Jeudi	7h45-8h15-19h00
Vendredi	8h15-19h00
Samedi	7h30-8h00-8h30

Natation

Piscine
La Fayette

Jours	Horaires
Mardi	20h10
Jeudi	19h00
Vendredi	19h35-20h10

Durée de la leçon : 30 minutes
14 leçons par session (2 sessions/an)
Renseignements : www.besancon.fr/sport

et adultes

enfants

Leçons
individuelles

Horaires et renseignements
auprès des chefs de bassin de chaque piscine

Stages vacances

Piscine
La Fayette

Âges : de 6 ans à 10 ans

Durée de la leçon : 45 minutes

Périodes Toussaint, février, avril

Tous niveaux - Tous les matins sauf jours fériés - 9h, 10h ou 11h

Baptêmes de plongée

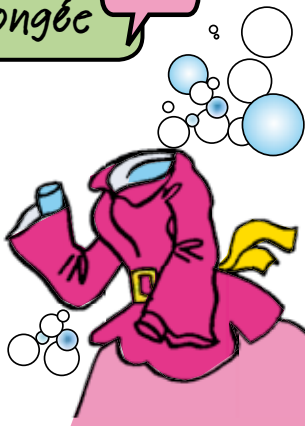
!!

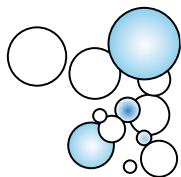
Premier samedi
ou dimanche de chaque mois

Entrée piscine payante

Activité gratuite pour tous

Les enfants doivent être
accompagnés d'un adulte





Aquagym

Piscine
La Fayette

Jours	Horaires
Lundi	12h15-17h30-18h30-19h30
Mardi	12h15-13h00
Mercredi	18h00-19h00-20h 00
Jeudi	8h15-12h15
Samedi	8h40 (*)

(*) 2 groupes

Durée de la séance : 45 minutes

Piscine
Mallarmé

Jours	Horaires
Mardi	13h00
Jeudi	17h45-18h45
Vendredi	12h15

Natation
et aquagym

Modalités
d'inscription

Où ?

Hall des piscines
La Fayette et Mallarmé,
selon le lieu de pratique

Ré-inscriptions

Leçons natation enfants

Lundi 6 et mardi 7 septembre 2010, de 14h à 18h

Leçons natation adultes et aquagym (*)

Mardi 7 et jeudi 9 septembre 2010, de 9h à 11h30

Nouvelles inscriptions

Leçons natation enfants

Mercredi 8, jeudi 9 et vendredi 10 septembre 2010
de 9h à 11h30 et de 14h à 18h

Leçons natation adultes et aquagym (*)

Jeudi 9 septembre 2010 de 14h à 18h

Vendredi 10 septembre 2010 de 9h à 11h30 et de 14 h à 18h

(*) Dans la limite des places disponibles

Début des cours : semaine 38

Stages
vacances

Toussaint,
février,
avril

**Inscriptions et paiement
dans le hall de la piscine La Fayette**

Plaquettes et renseignements
disponibles aux caisses des piscines,
ou sur www.besancon.fr/sport

Horaires d'ouverture

Piscine
Mallarmé

rue Mallarmé
Besançon
03 81 87 82 70

Jours	Période scolaire	Petites vacances
Lundi	17h15-21h	9h-14h
Mardi	12h-14h / 17h15-19h45	9h-14h
Mercredi	17h15-21h	9h-12h /17h15-21h
Jeudi	12h-14h	9h-14h
Vendredi	12h-14h	9h-14h
Samedi	9h -13h	9h -13h
Dimanche	9h -13h	9h -13h

Piscine
La Fayette

rue Louis Garnier - Besançon
03 81 41 23 13

Jours	Période scolaire	Petites vacances
Lundi	12h-16h30	12h15-19h
Mardi	8h-9h15 12h-21h	12h15-21h
Mercredi	9h-17h	12h15-19h
Jeudi	8h-9h15 /12h-13h45 17h-20h	12h15-19h
Vendredi	14h-21h	12h15-19h
Samedi	9h30 -18h	9h30 -18h
Dimanche	9h30-17h	9h30-17h

Les tarifs

Piscine Mallarmé

Ticket adulte	3,35 €
Ticket jeune (- 18 ans, étudiant)	2,20 €
10 tickets adulte	25 €
10 tickets jeune	15,60 €

Piscine La Fayette

Ticket adulte	4,45 €
Ticket jeune (- 18 ans, étudiant)	3,15 €
10 tickets adulte	35 €
10 tickets jeune	22,70 €

Leçons collectives

(cycle de 14 séances)

Enfant accompagné	91 €
Enfant non accompagné	54,60 €
Adulte	102,20 €

Leçons individuelles

Enfant et adulte..... 11 €/séance

Aquagym

10 séances	62,50 €
Séance découverte	7,20 €

Stages vacances

Bisontins	3,45 €/jour
CAGB	4,45 €/jour
Hors CAGB	6,60 €/jour

Hygiène
...

... et sécurité

?

Attention



pipi ?

sortie des bassins
1/4 d'heure
avant la fermeture

Bonnet de bain obligatoire

Douche savonnée avant de rentrer dans l'eau

Bermuda interdit

Les enfants de moins de 8 ans
doivent être accompagnés d'une personne majeure
en tenue de bain durant les séances
avec ouverture au public



Coordonnées

Clubs pratiquant des activités dans les piscines municipales

ANB Natation.....	03 81 53 61 45
Aqua sport subaquatique.....	03 81 80 18 91
Bébés nageurs.....	03 81 80 66 83
BUC plongée.....	03 81 87 61 22
CLS Gendarmerie - FC Plongée.....	03 81 40 50 38
La Méduse subaquatique.....	06 80 90 22 02

Renseignements !

Permanence téléphonique : 03 81 41 23 14
du 23 août au 17 septembre
de 9h à 12h et de 13h30 à 17h30

En dehors de ces dates,
renseignements au 03 81 41 53 18
les mardis de 9h à 11h30 et les jeudis de 14h à 17h