# **Tennis**

#### Hors vacances scolaires

Du lundi au dimanche de 9h00 à 22h

#### Les jours fériés et autres

de 9h00 à 13h 24 décembre fermés 25 décembre 31 décembre de 9h00 à 13h 1er ianvier fermés de 9h00 à 20h Lundi de Pâques de 9h00 à 20h de 9h00 à 20h Jeudi de l'Ascension Lundi de Pentecôte de 9h00 à 20h 1er mai fermés

14 juillet fermés

15 août de 9h00 à 20h

11 novembre fermés

#### Vacances scolaires hors juillet et août

Lundi de 9h00 à 20h
Mardi de 9h00 à 22h
Mercredi de 9h00 à 21h
Jeudi de 9h00 à 21h
Vendredi de 9h00 à 22h
Samedi de 9h00 à 20h
Dimanche de 9h00 à 20h

#### Juillet et août

Lundi de 9h00 à 20h

Mardi de 9h00 à 22h

Mercredi de 9h00 à 21h

Jeudi de 9h00 à 21h

Vendredi de 9h00 à 21h

Samedi de 9h00 à 20h

Dimanche de 9h00 à 20h

| Tarifs                                 | Garchois | Non Garchois |
|--|----------|--------------|
| Semaine de 9h à 17h                    | 9,50 €   | 12,00 €      |
| Après 17h, week-end<br>et jours fériés | 17,00 €  | 22,00 €      |

# Activités aquatiques

# Aquaforme

### Aquagym

| Lundi    | 12h00 à 12h45 - 12h45 à 13h30 |
|----------|-------------------------------|
| Mardi    | 10h30 à 11h15 - 12h45 à 13h30 |
| Jeudi    | 12h00 à 12h45 - 12h45 à 13h30 |
| Vendredi | 12h00 à 12h45 - 12h45 à 13h30 |

## **Aqua-jogging**

Jeudi 13h à 13h40

### **Aqua-training**

| Mardi    | 17h05 à 17h50 |
|----------|---------------|
| Vendredi | 17h05 à 17h50 |

### **Aqua-palmes**

| Mardi | 12h00 à 12h45 |
|-------|---------------|
|-------|---------------|

| Tarifs                         | Trimestre | Annuel   |
|--------------------------------|-----------|----------|
| 1 séance/semaine garchois      | 130,00 €  | 350,00 € |
| 2 séances/semaine garchois     | 180,00 €  | 490,00 € |
| 1 séance/semaine non garchois  | 160,00 €  | 420,00 € |
| 2 séances/semaine non garchois | 220,00 €  | 590,00 € |

Obligatoire : certificat médical de non contre-indication à la pratique de l'Aquaforme.

## **Aquagym seniors**

| Jeudi                             | 8h55 à 9h40 - 9h45 à 10h30 |          |
|-----------------------------------|----------------------------|----------|
| Tarifs                            |                            | Annuel   |
| 1 séance par semaine garchois     |                            | 220,00 € |
| 1 séance par semaine non garchois |                            | 250,00 € |

Obligatoire : certificat médical de non contre-indication à la pratique de l'Aquaforme.

# Aquabike

| Lundi    | 11h20 à 11h50                 |
|----------|-------------------------------|
|          | 16h15 à 16h45                 |
|          | 16h50 à 17h20 - 17h25 à 17h55 |
|          | 18h à 18h30                   |
| Mardi    | 11h25 à 11h55 - 12h05 à 12h35 |
| Mercredi | 12h05 à 12h35 - 12h40 à 13h10 |
|          | 18h15 à 18h45 - 18h50 à 19h20 |
| Jeudi    | 15h50 à 16h20 - 18h15 à 18h45 |
|          | 18h50 à 19h20 - 19h25 à 19h55 |
| Vendredi | 11h15 à 11h45 - 18h10 à 18h40 |

| Tarifs                         | Trimestre | Annuel   |
|--------------------------------|-----------|----------|
| 1 séance/semaine garchois      | 100,00 €  | 270,00 € |
| 2 séances/semaine garchois     | 170,00 €  | 410,00 € |
| 1 séance/semaine non garchois  | 125,00 €  | 310,00 € |
| 2 séances/semaine non garchois | 210,00 €  | 480,00 € |

#### Location d'une 1/2 heure SANS moniteur

| Mardi                          | entre 9h30 et 10h30 (2 créneaux)  |        |  |
|--------------------------------|-----------------------------------|--------|--|
|                                | entre 18h et 19h30 (3 créneaux)   |        |  |
| Mercredi                       | entre 14h et 18h (8 créneaux)     |        |  |
| Jeudi                          | entre 10h30 et 11h30 (2 créneaux) |        |  |
|                                | entre 16h30 et 18h (3 créneaux)   |        |  |
| Vendredi                       | entre 19h et 21h30 (5 créneaux)   |        |  |
| Samedi                         | entre 14h et 18h30 (9 créneaux)   |        |  |
| 1(                             |                                   | 0.00.6 |  |
| Location à la 1/2 heure 8,00 € |                                   |        |  |

Obligatoire : certificat médical de non contre-indication à la pratique de l'aquabike.



# Activités et tarifs 2022



## **Piscine**



# **Culture physique**



**Tennis** 

14 rue de Suresnes, 92380 Garches **01 47 95 66 26** 



NOTA: ces activités ne fonctionnent pas durant les vacances scolaires sauf pour la location (petites vacances scolaires uniquement).

# **Piscine**

#### **Horaires**

Dáriada Vasarrasa Vasarrasa

|          | Période<br>scolaire   | Vacances<br>scolaires   | Vacances<br>d'été |
|----------|---|---|-------------------|
| Lundi    | 11h45 à 14h<br>(grand bain)<br>16h30 à 17h30<br>(réservé 3° âge)**  | 10h à 18h30   | 11h à 19h         |
| Mardi    | 11h45 à 14h<br>(grand bain)<br>18h à 20h<br>(tous les bassins)  | 10h à 20h   | 10h à 20h         |
| Mercredi | 14h à 18h30<br>(tous les bassins)   | 10h à 18h30   | 10h à 19h         |
| Jeudi    | 11h45 à 14h<br>(grand bain)<br>16h30 à 18h30<br>(tous les bassins)  | 10h à 18h30   | 10h à 19h         |
| Vendredi | 11h45 à 14h<br>(grand bain)<br>18h à 18h45<br>(grand bain)<br>18h45 à 20h<br>(tous les bassins)*                | 10h à 20h   | 10h à 20h         |
| Samedi   | 14h à 19h<br>(tous les bassins)   | 14h à 19h   | 10h à 19h         |
| Dimanche | 9h à 13h<br>(tous les bassins)<br>pour octobre<br>à mars.<br>9h à 18h<br>pour septembre,<br>avril, mai et juin. | 9h à 13h (tous les bassins) pour octobre à mars. 9h à 18h pour septembre, avril, mai et juin. | 10h à 19h         |

- \* 20h à 21h sauf 1/2 grand bassin.
- \*\* uniquement grand bassin.

La vente de ticket cesse 30 mn avant la fermeture. Évacuation des bassins 20 minutes avant la fermeture.

Attention: sont interdits à la piscine: shorts, shorts de bain, caleçons, bermudas.
Slip de bain uniquement.



|  | Garchois                                 | Non Garchois                             |
|--|--|--|
| Adultes 10 entrées Abonnement mensuel Abonnement trimestriel               | 5,20 €<br>45,00 €<br>45,00 €<br>120.00 € | 7,50 €<br>65,00 €<br>65,00 €<br>170,00 € |
| Tarif réduit<br>10 entrées<br>Abonnement mensuel<br>Abonnement trimestriel | 4,00 €<br>35,00 €<br>35,00 €<br>90,00 €  |  |
| Enfants 10 entrées Abonnement mensuel Abonnement trimestriel               | 3,00 €<br>28,00 €<br>28,00 €<br>80,00 €  | 5,00 €<br>40,00 €<br>40,00 €<br>110,00 € |

**Tarif réduit :** étudiant, passeport jeunes, famille nombreuse, handicapé, chômeur, 3° âge (sur présentation de la carte).

Renouvellement d'une carte magnétique en cas de perte ou de dégradation. Tarif unique 8,00 €.

Entreprises Garchoises: 4 cartes annuelles par tranche de 25 salariés donnant accès à la piscine ainsi qu'à la salle de culture physique: 2200,00€.

**Pour la culture physique :** un certificat de non contre-indication à la pratique de la culture physique, de la musculation et du sauna **obligatoire.** 



## **Culture physique • Sauna**

|             | Garchois | Non<br>Garchois | Tarif réduit<br>Garchois |
|-------------|----------|-----------------|--------------------------|
| Séance      | 12,00 €  | 15,00 €         |                          |
| 10 séances  | 80,00 €  | 110,00 €        |                          |
| Mensuel     | 80,00 €  | 110,00 €        | 60,00 €                  |
| Trimestriel | 200,00 € | 240,00 €        | 140,00 €                 |
| Annuel      | 400,00 € | 500,00 €        | 300,00 €                 |

# Culture physiqueSauna • Piscine

|             | Garchois | Non Garchois |
|-------------|----------|--------------|
| Mensuel     | 115,00 € | 160,00 €     |
| Trimestriel | 250,00 € | 320,00 €     |
| Annuel      | 530,00 € | 700,00 €     |

# Culture physique • Sauna • Piscine • Tennis

| Location des<br>courts hors week-<br>end et jours fériés | Garchois | Non Garchois |  |  |
|--|----------|--------------|--|--|
| Mensuel  | 160,00 € | 200,00 €     |  |  |
| Trimestriel  | 380,00 € | 470,00 €     |  |  |
| Annuel   | 950,00 € | 1240,00 €    |  |  |

#### Fermetures:

**Piscine**: 2 jours fin juin, 15 jours durant les vacances de fin d'année et 15 jours durant les vacances d'hiver. 1er janvier, 1er mai, 14 juillet, 11 novembre et 25 décembre.

**Salle de culture physique :** 15 jours au mois d'août et 15 jours durant les vacances de fin d'année. 1<sup>er</sup> janvier, 1<sup>er</sup> mai, 14 juillet, 11 novembre et 25 décembre.

**Tennis**: 15 jours durant les vacances de fin d'année. 1er janvier, 1er mai, 14 juillet, 11 novembre et 25 décembre.

## Salle de culture physique

| 0h70          | Lundi                | Mardi   | Mercredi                  | Jeudi                     | vendredi                   | Samedi                  | Dimana             |
|---------------|----------------------|---|---------------------------|---------------------------|----------------------------|-------------------------|--------------------|
| 8h30<br>08h45 |                      | 8h30  |                           | 8h30                      |                            | 01-15                   | ol-es              |
| 08n45         | 8h45                 | Culture   |                           | Culture                   |                            | 8h45<br>Cours           | 8h45<br>Cour       |
|               | Stretching<br>45mn   | physique<br>1h                                    |                           | physique<br>1h            |                            | divers                  | diver              |
| 1             |                      |   |                           |                           |                            | 45mn                    | 45mr               |
| 09h30         | 21.45                | 9h30  |                           | 9h30                      |                            | AL 18                   | 01.45              |
| 09h45         | 9h45<br>Gvm          | Body  |                           | Body                      |                            | 9h45<br>Body            | 9h45<br>Body       |
|               | Gym<br>douce         | Sculpt.<br>1h                                     |                           | Sculpt.<br>1h             |                            | Sculpt.                 | Sculp              |
|               | 45mn                 |   |                           |                           |                            | 45mn                    | 45mr               |
| 10h30         |                      | 105.70  |                           | 10470                     |                            |                         |                    |
| 10h45         | 10h45<br>Gym         | 10h30<br>Stretching                               |                           | 10h30<br>Stretching       |                            | 10h45                   | 10h4               |
|               | dynamique            | 1h T  |                           | lh T                      |                            | Step<br>45mn            | Gym To<br>45mr     |
| 1             | 45m                  |   |                           |                           |                            |                         |                    |
| 11h30         |                      |   |                           |                           |                            |                         |                    |
| 11h45         |                      |   |                           |                           |                            | 11h45<br>Abdos fessiers | 11h45<br>Abdos fes |
|               |                      |   |                           |                           |                            | Strech                  | Streck             |
| 12h15         |                      | 12h15<br>Body Sculpt.<br>Abdo<br>fessiers<br>45mn |                           | 12h15                     |                            | 45mn                    | 45mr               |
| 12h30         |                      | Ábdo '<br>fessiers                                |                           | Body Sculpt.<br>45mn      |                            |                         |                    |
|               |                      | 45mn  |                           | 4511111                   |                            |                         |                    |
| 13h00         |                      |   |                           |                           |                            |                         |                    |
| 13h15         |                      | 13h15<br>Streching                                |                           | 13h15<br>Abdos            |                            |                         |                    |
|               |                      | barres au sol                                     |                           | fessiers                  |                            |                         |                    |
|               |                      | 45mn  |                           | 45mn                      |                            |                         |                    |
| 14h           |                      |   |                           |                           |                            |                         |                    |
| 14h15         |                      |   |                           | 14h15<br>Seniors 45mn     |                            |                         |                    |
|               |                      |   |                           | Partie<br>musculation     |                            |                         |                    |
|               |                      |   |                           | fermée*                   |                            |                         |                    |
| 15h           |                      |   |                           |                           |                            |                         |                    |
| 15h15         | 15h15                |   | 15h15                     |                           | 15h15                      |                         |                    |
|               | Gym douce            |   | Body sculpt.              |                           | Gym<br>dynamique           |                         |                    |
|               | 45mn                 |   | 45mn                      |                           | 45mn                       |                         |                    |
|               |                      |   |                           |                           |                            |                         |                    |
| 16h15         | 16h15                |   | 16h15                     |                           | 16h15                      |                         |                    |
|               | Body Sculpt.<br>45mn |   | Abdos<br>Stretching       |                           | Abdos<br>Stretching        |                         |                    |
|               | 45MN                 |   | 45mn                      |                           | 45mn                       |                         |                    |
| 17h           |                      | 17h   |                           | 17h                       |                            |                         |                    |
| 17h15         | 17h15                | Culture   | 17h15                     | Cuisses abdos<br>fessiers | 17h15                      |                         |                    |
|               | Body<br>barres       | physique<br>1h                                    | Gym<br>Body barres        | 45mn                      | Gym douce                  |                         |                    |
| 17h45         | 45mn                 |   | 45mn                      | 17h45                     | 45mn                       |                         |                    |
| 18h           |                      | 18h   |                           | Step 30mn                 |                            |                         |                    |
| 18h15         | 18h15                | Abdo  | 18h15                     | 18h15                     | 18h15                      |                         |                    |
|               | Body sculpt.<br>45mn | fessiers<br>1h                                    | Body Sculpt.<br>45mn      | Step<br>45mn              | Body Sculpt.<br>45mn       |                         |                    |
|               | 45mn                 | - "-  | 45mn                      | 45mn                      | 45mm                       |                         |                    |
| 19h           |                      |   |                           | 19h<br>Culture            |                            |                         |                    |
| 19h15         | 19h15                | 19h<br>Step                                       | 19h15                     | physique                  | 19h15                      |                         |                    |
|               | Abdos<br>fessiers    | 1h  | Cuisses abdos<br>fessiers | 45mn                      | Body Sculpt.<br>45mn       |                         |                    |
| 19h45         | 45mn                 |   | 45mn                      | 19h45                     | 45mn                       |                         |                    |
| 20h           |                      | 20h   |                           | Cuisses<br>abdos 30mn     |                            |                         |                    |
| 20h15         |                      | 20h<br>Cours                                      | 20h15<br>Culture          | 20h15                     | 20h15                      |                         |                    |
|               | 20h                  | divers<br>1h                                      | physique -<br>Streching   | Stretching                | 20h15<br>Abdos<br>fessiers |                         |                    |
|               | Associations<br>1h30 | In  | Streching<br>45mn         | 45mn                      | 45mn                       |                         |                    |
| 21h           |                      | 21h   |                           |                           |                            | :                       |                    |
|               |                      | Stretching  |                           |                           |                            |                         |                    |
|               |                      | 45mn  |                           |                           |                            |                         |                    |
|               |                      |   |                           |                           |                            |                         |                    |

ATTENTION : les horaires peuvent évoluer selon la spécificité des cours et la présence des professeurs.