

# Tennis

## HORS VACANCES SCOLAIRES

Du lundi au dimanche de 9h à 21h

### Les jours fériés et autres

Lundi de Pâques	de 9h à 20h
8 mai	de 9h à 20h
Jeudi de l'Ascension	de 9h à 20h
Lundi de Pentecôte	de 9h à 20h
1 <sup>er</sup> mai	fermés
14 juillet	fermés
15 août	de 9h à 20h
1 <sup>er</sup> novembre	de 9h à 20h
11 novembre	fermés

## VACANCES SCOLAIRES

### HORS JUILLET ET AOÛT

Lundi, samedi, dimanche	de 9h à 20h
Mardi	de 9h à 22h
Mercredi, jeudi, vendredi	de 9h à 21h

### JUILLET ET 15 DERNIERS JOURS D'AOÛT

Lundi, samedi, dimanche	de 9h à 20h
Mardi	de 9h à 22h
Mercredi, jeudi, vendredi	de 9h à 21h
Du 1 <sup>er</sup> au 15 août :	
Lundi, mercredi, jeudi, samedi, dimanche	de 10h à 19h
Mardi et vendredi	de 10h à 20h

Tarifs	Garchois	Non Garchois
Semaine de 9h à 17h	9,90 €	12,50 €
Après 17h, week-end et jours fériés	17,60 €	22,80 €

# 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	134,00 €	362,00 €
2 séances/semaine garchois	186,00 €	507,00 €
1 séance/semaine non garchois	165,00 €	434,00 €
2 séances/semaine non garchois	227,00 €	610,00 €

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	227,00 €
1 séance par semaine non garchois	258,00 €

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

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

## 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	103,00 €	280,00 €
2 séances/semaine garchois	176,00 €	425,00 €
1 séance/semaine non garchois	130,00 €	320,00 €
2 séances/semaine non garchois	218,00 €	495,00 €

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

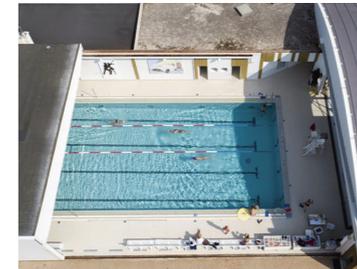
Mardi	entre 18h et 19h30 (3 créneaux)
Mercredi	entre 14h et 18h (8 créneaux)
Jeudi	entre 16h30 et 18h (3 créneaux)
Vendredi	entre 19h et 19h30
Samedi	entre 14h et 18h30 (9 créneaux)

Location à la 1/2 heure	8,30 €
-------------------------	--------

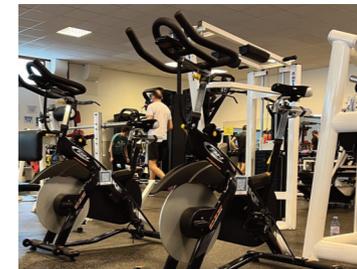
Obligatoire : certificat médical de non contre-indication à la pratique de l'aquabike.



## Activités et tarifs 2023



### Piscine



### Culture physique



### Tennis

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



# Piscine

## Horaires

	Période scolaire	Vacances scolaires	Vacances d'été
<b>Lundi</b>	11h45 à 14h (grand bain) 16h30 à 17h30 (réservé 3 <sup>e</sup> âge)**	10h à 18h30	11h à 19h
<b>Mardi</b>	11h45 à 14h (grand bain) 18h à 20h (tous les bassins)	10h à 20h	10h à 20h
<b>Mercredi</b>	14h à 18h30 (tous les bassins)	10h à 18h30	10h à 19h
<b>Jeudi</b>	11h45 à 14h (grand bain) 16h30 à 18h30 (tous les bassins)	10h à 18h30	10h à 19h
<b>Vendredi</b>	11h45 à 14h (grand bain) 18h à 18h45 (grand bain) 18h45 à 20h (tous les bassins)*	10h à 20h	10h à 20h
<b>Samedi</b>	14h à 19h (tous les bassins)	14h à 19h	10h à 19h
<b>Dimanche</b>	9h à 13h (tous les bassins) pour octobre à mars. 9h à 18h pour septembre, 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
<b>Adultes</b>		
10 entrées	5,40 €	7,80 €
Abonnement mensuel	46,50 €	67,00 €
Abonnement trimestriel	124,00 €	176,00 €
<b>Tarif réduit</b>		
10 entrées	4,20 €	
Abonnement mensuel	36,00 €	
Abonnement trimestriel	93,00 €	
<b>Enfants</b>		
10 entrées	3,10 €	5,20 €
Abonnement mensuel	29,00 €	41,40 €
Abonnement trimestriel	83,00 €	114,00 €

**Tarif réduit :** étudiant, passeport jeunes, famille nombreuse, handicapé, chômeur, 3<sup>e</sup> âge (sur présentation de la carte).

**Renouvellement** d'une carte magnétique en cas de perte ou de dégradation. Tarif unique 8,30 €.

**Entreprises Garchoises :** 4 cartes annuelles par tranche de 25 salariés donnant accès à la piscine ainsi qu'à la salle de culture physique : 2277,00 €.

**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 Garchois	Tarif réduit Garchois
<b>Séance</b>	12,50 €	15,50 €	
<b>10 séances</b>	83,00 €	114,00 €	
<b>Mensuel</b>	83,00 €	114,00 €	62,00 €
<b>Trimestriel</b>	207,00 €	248,00 €	144,00 €
<b>Annuel</b>	414,00 €	517,00 €	310,00 €

## Culture physique • Sauna • Piscine

	Garchois	Non Garchois
<b>Mensuel</b>	119,00 €	165,00 €
<b>Trimestriel</b>	258,00 €	330,00 €
<b>Annuel</b>	548,00 €	724,00 €

## Culture physique • Sauna • Piscine • Tennis

Location des cours hors week-end et jours fériés	Garchois	Non Garchois
<b>Mensuel</b>	165,00 €	207,00 €
<b>Trimestriel</b>	393,00 €	486,00 €
<b>Annuel</b>	983,00 €	1280,00 €

### Fermetures :

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

## Salle de culture physique

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
8h30				8h30 Culture physique 1h			
08h45	8h45 Stretching 45mn	8h30 Culture physique 1h		8h30 Culture physique 1h		8h45 Cours divers 45mn	8h45 Cours divers 45mn
09h30							
09h45	9h45 Gym douce 45mn	9h30 Body Sculpt. 1h		9h30 Body Sculpt. 1h		9h45 Body Sculpt. 45mn	9h45 Body Sculpt. 45mn
10h30							
10h45	10h45 Gym dynamique 45m	10h30 Stretching 1h		10h30 Stretching 1h		10h45 Step 45mn	10h45 Gym Tonic 45mn
11h30							
11h45							11h45 Abdos fessiers Strech 45mn
12h15		12h15 Body Sculpt. Abdo fessiers 45mn		12h15 Body Sculpt. 45mn			11h45 Abdos fessiers Strech 45mn
12h30							
13h00							
13h15		13h15 Stretching barres au sol 45mn		13h15 Abdos fessiers 45mn			
14h							
14h15				14h15 Seniors 45mn Partie musculation fermée			
15h							
15h15	15h15 Gym douce 45mn		15h15 Body sculpt. 45mn		15h15 Gym dynamique 45mn		
16h15	16h15 Body Sculpt. 45mn		16h15 Abdos Stretching 45mn		16h15 Abdos Stretching 45mn		
17h							
17h15	17h15 Body barres 45mn	17h Culture physique 1h	17h15 Gym Body barres 45mn	17h Cuisses abdos fessiers 45mn	17h15 Gym douce 45mn		
17h45				17h45 Step 30mn			
18h							
18h15	18h15 Body sculpt. 45mn	18h Abdo fessiers 1h	18h15 Body Sculpt. 45mn	18h15 Step 45mn	18h15 Body Sculpt. 45mn		
19h							
19h15	19h15 Abdos fessiers 45mn	19h Step 1h	19h15 Cuisses abdos fessiers 45mn	19h Culture physique 45mn	19h15 Body Sculpt. 45mn		
19h45				19h45 Cuisses abdos 30mn			
20h							
20h15		20h Cours divers 1h	20h15 Culture physique - Stretching 45mn	20h15 Stretching 45mn	20h15 Abdos fessiers 45mn		
21h		21h Stretching 45mn					
21h45							

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