



**AQUAGYM**

**AQUABIKE**

**NATATION**



*Votre club aquatique !*

**aquapassion**  
19 chemin des Méannes  
ZA Les Revols  
26540 Mours-Saint-Eusèbe

**07 81 34 46 01**  
**[www.aquapassion.fr](http://www.aquapassion.fr)**

SE DÉTENDRE ?  
SE TONIFIER ?  
NAGER ?  
S'AMUSER ?

## *La piscine comme vous en rêvez !*



**Un concept 100 % bien-être avec  
des professionnels passionnés.**

**DÉCOUVRIR TOUTES NOS ACTIVITÉS**



# AQUAFITNESS ▶ ADULTES

## Cap sur la forme !

Remise en forme, travail musculaire et cardiovasculaire sans traumatisme pour le corps. Tous les bienfaits du massage de l'eau. Sport santé encadré par des coachs expérimentés.

### 2 gammes de cours : *lagon (doux)* ou *océan (tonique)*

#### aqua' BIKE

45  
mn



Le plaisir de pédaler dans l'eau en musique. Pour tonifier et affiner le bas du corps.

**LAGON** ou **OCÉAN**

#### aqua' GYM

45  
mn



Travail musculaire et cardio complet avec le bien-être de l'eau en plus !

**LAGON** ou **OCÉAN**

#### aqua' DUO

55  
mn



2 en 1 : la séance complète et variée 50 % bike, 50 % gym, 150 % efficace !

**LAGON** ou **OCÉAN**

#### aqua' CIRCUIT

45  
mn



Enchaînements de plusieurs ateliers ciblés sur les différents groupes musculaires.

**LAGON** ou **OCÉAN**

# NATATION ► ENFANTS



## *Petit poisson deviendra grand !*

Découverte de l'eau et apprentissage de la natation en s'amusant. Environnement sécurisé, eau chaude 30°, bassin aménagé, cours collectifs encadrés par un maître nageur attentionné !

### aqua'BÉBÉS 30 mn



**6 mois - 2 ans** : bébé découvre et apprivoise l'eau en douceur.

### aqua'ÉVEIL 45 mn



**2 - 5 ans** : jardin aquatique : du jeu, des copains, des progrès !

### aqua'KIDS 1 45 mn



**5 - 7 ans** : acquérir les fondamentaux de la natation et développer sa motricité dans l'eau.

### aqua'KIDS 2 45 mn



**7 - 9 ans** : approfondir les fondamentaux de la natation et codifier les nages.

# NATATION ► ADULTES

## *Pour vous aussi les grands !*

Apprendre ou ré-apprendre à nager, soulager son dos, vaincre sa peur de l'eau.

### aqua'NAT 45 mn

Apprentissage perfectionnement de la natation.

### aqua'DOS 45 mn

Gym douce et nage dorsale pour lutter contre le mal de dos.

### aqua'PHOBIE 45 mn

Programme spécifique pour se réconcilier avec l'eau.

## SUR-MESURE ► ADULTES & ENFANTS

### *Rien que pour vous !*

Envie d'un cours individuel ou en famille ? Anniversaire, évènement familial ou professionnel à fêter ? Il est possible de privatiser le bassin et de préparer une animation sur-mesure. Vivez un moment unique à la portée de tous !

#### aqua'COACH

45 mn



Cours particulier de natation ou d'aquafitness. 1 à 3 pers.

#### aqua'FAMILY

45 mn



Leçon de natation et activités aquatiques en famille. Pour progresser ensemble !

#### aqua'ANNIV

2h



Un anniversaire pas comme les autres ! Bassin aménagé avec jeux aquatiques.

#### aqua'EVENT

SUR-MESURE



Privatisation du bassin avec ou sans animation.

## PISCINE LIBRE ► ADULTES & ENFANTS

#### aqua'LIBERTY

45 mn



Accès libre au bassin et à ses équipements pour profiter du plaisir de l'eau à votre rythme, sans cours dirigé.



**Rocade de Romans  
Sortie ZA Mours**  
19 chemin des Méannes  
ZA Les Revols  
(À côté de la CICA)  
26540 Mours-Saint-Eusèbe

Horaires d'accueil :

**sur place**  
du lundi au samedi  
de 9 h à 13 h

**par téléphone**  
du lundi au samedi  
de 9 h à 19 h

## CONTACT ET RENSEIGNEMENTS

[www.aquapassion.fr](http://www.aquapassion.fr)

[aquapassion.mours](http://aquapassion.mours)

[contact@aquapassion.fr](mailto:contact@aquapassion.fr) - 07 81 34 46 01

## RÉSERVER MA SÉANCE : C'EST FACILE !

APPLI MOBILE

SITE INTERNET

TÉLÉPHONE

SUR PLACE