Avallon Vézelay Morvan
COMMUNAUTÉ DE COMMUNES

Piscine Intercommunale d'Avallon

AQUASTAGES ADULTES

Pourquoi et pour qui ?

• Découvrir les bienfaits d'une activité aquatique tonique en alternant séance d'aquabike, séance d'aquatraining, etc…
• Les cours s'adressent aux adultes de tout âge,
• Les cours sont dispensés par les Maîtres-Nageurs Sauveteurs (MNS) en exercice à l'exclusion de toutes autres personnes. Ils seront donnés pendant les heures de service,
• Un certificat médical de non contre-indication est nécessaire pour la pratique de cette activité et devra être fourni dès le 1er cours.

Quand ?

- **Semaine 1** : **du 20 au 24 octobre 2025,**
  - **stage de 12h45 à 13h30 : Lundi, Mardi, Jeudi et Vendredi**
- **Semaine 2** : **du 27 au 31 octobre 2025,**
  - **stage de 12h45 à 13h30 : Lundi, Mardi, Jeudi et vendredi**
- La durée des cours est de 45 minutes
- Forfait : 30 € (entrées comprises, à raison de 4 séances dans la semaine) + 2€ pour l'achat de la carte sans contact.

Mail : piscine@cc-avm.fr
Tél. : 03.86.34.08.51
Avenue du Parc des Chaumes 89200 AVALLON

FICHE D'INSCRIPTION – AQUASTAGES TOUSSAINT 2025

Cadre Réservé au Service **N° Inscription :**

*NOM : ..... *Prénom : .....

*Date de naissance : ...../...../.....

*Adresse :

.....

.....

Tél. domicile : ...../...../...../...../..... *Portable : ...../...../...../...../.....

*Mail : .....

*Champs obligatoires

Date dépôt de votre inscription : ...../...../20...

Période choisie : Semaine 1 : 12H45 - 13H30

Semaine 2 : 12H45 – 13H30

*entourez votre choix

Obligation de savoir nager

Informations complémentaires, observations diverses :

.....

.....

.....

Quelle expérience de l'eau avez-vous ?

.....

.....

.....

Je certifie avoir pris connaissance du mode de fonctionnement des leçons,

À Avallon, le

Mail : piscine@cc-avm.fr
Tél. : 03.86.34.08.51
Avenue du Parc des Chaumes 89200 AVALLON