

# ENVIE DE SPORT

ANIMATIONS  
GRATUITES

# TOUS À L'EAU!

17 au 21 février 2020  
Piscine de la Bourgonnière

saint-herblain  
La Ville

UFR  
Staps



La Ville de Saint-Herblain et l'équipe de licence professionnelle «Activités aquatiques» vous donnent rendez-vous à la piscine de la Bourgonnière, pour une semaine d'animations aquatiques.

### Lundi 17/02

10h-12h et 18h-18h30

Conseils de nage \*

Parcours ou jeux pour enfants \*\*

15h-17h30

Flowpulse \*

(propulseur motorisé sous-marin)

### Mardi 18/02

10h-12h et 18h-18h30

Conseils de nage \*

10h15-10h45

Aquagym \*\*

11h-11h30

Parcours / jeux pour enfants \*\*

15h-17h30

Escape game \* \*\*

(départ toutes les 15 min.)

18h-18h30

Nage avec palmes \*

### Mercredi 19/02

10h-12h

Conseils de nage \*

10h30-12h

Parcours / jeux pour enfants \*\*

15h-17h30

Water-Polo / jeux de balles \* \*\*

18h-18h30 Aquadance /

Conseils de nage \*\*

### Jeudi 20/02

10h-12h

Conseils de nage \*\*

10h15-10h45

Circuit training \* \*\*

11h-11h30

Parcours / Jeux pour enfants \*\*

15-16h30

Monopalmes \* \*\*

(atelier de 20 min. 5/6 pers.)

17h30-18h et 18h15-18h45

Parcours croosfit / Aquagym \*\*

### Vendredi 21/02

15h-17h30

Plongeon / sauvetage /  
natation artistique \*

17h30-18h

Conseils de nage / nage avec palmes \*

18h-18h30

Circuit training \*\*

20h-22h

Baignade libre, ambiance musicale

### Accès libre

#### Activités gratuites - Tout public

Jusqu'à 8 ans, les enfants doivent être accompagnés d'un adulte. Les enfants de moins de 6 ans doivent être accompagnés d'un adulte dans l'eau. Le port du short est interdit. Le bonnet de bain est obligatoire.

Renseignements  
à l'accueil de la piscine  
de la Bourgonnière

34 Allée de la Bourgonnière,  
à Saint-Herblain



\* Grand Bassin (0,80m à 2,50m)

\*\* Petit Bassin (0,70m à 1,70m)



saint-herblain  
La Ville