

Saison 2026-2027

CENTRE NAUTIQUE AQUAVAL

piscine - forme - détente - plein air



Tout ce qu'il faut savoir
sur votre centre nautique à Tarare !

Actualités,

changement d'horaires

dernières alertes :



piscines.ouestrhodanien.fr

Espace piscine

Sports et loisirs, tous les plaisirs de l'eau sont à Aquaval.

Découvrez l'espace aquatique avec ses activités variées et ses équipements adaptés aussi bien aux sportifs qu'aux familles.

Horaires

Du lundi 7 septembre 2026 au vendredi 2 juillet 2027

	Bassin ludique	Bassin sportif
Lundi	12h - 13h30	12h - 13h30 17h - 20h
Mardi	12h - 13h30 17h - 19h	12h - 13h30 17h - 20h
Mercredi	12h - 18h	12h - 20h
Judi	12h - 13h30	12h - 13h30 17h - 20h
Vendredi	12h - 18h	12h - 20h
Samedi	13h - 17h	13h - 17h

Petites vacances scolaires

Se référer au site internet et sur la page Facebook.

Créneaux piscine pour les séniors

(À partir de 55 ans)

Mardi : de 11h à 12h

Judi : de 16h à 17h

Vendredi : de 11h30 à 12h

Tarifs – Espace piscine

Entrée Simple - de 4 ans	gratuit	Abonnement 10 entrées adulte	45,50 €
Entrée Simple de 4 à 16 ans (inclus) - étudiant - personne avec handicap - sénior (+65 ans)*	4,60 €	Abonnement 10 heures	35,50 €
Entrée Simple adulte	5,60 €	Abonnement 20 heures	55,50 €
Entrée Simple famille	15,50 €	Abonnement Famille 10 entrées	35,50 €
(4 pers. au moins 2 enfants)		(présence d'un adulte avec au moins un enfant de + de 4 ans à chaque passage)	
Entrée Duo (2 pers. adultes)	10,50 €	Attestation de natation.....	5 €
Abonnement 10 entrées de 4 à 16 ans (inclus) - sénior (+65 ans)*	35,50 €	*Justificatif obligatoire	
Abonnement 10 entrées étudiant - personne avec handicap* nominatif	35,50 €	Création de carte lors du 1er achat ou de la 1ère adhésion : 5 € .	
		En cas de perte la nouvelle carte sera facturée 5 € .	



Planning des activités aquatiques

Espace piscine



Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
🕒 11h AQUABIKE <i>Durée : 45 min</i>	🕒 11h10 AQUASENIOR <i>Durée : 45 min</i>			🕒 11h35 AQUASENIOR <i>Durée : 45 min</i>	🕒 8h45 BÉBÉS NAGEURS <i>Durée : 45 min</i>
🕒 12h30 AQUAFIT <i>Durée : 45 min</i>	🕒 12h10 AQUAPOWER <i>Durée : 45 min</i>	🕒 12h10 AQUAFIT <i>Durée : 45 min</i>	🕒 12h30 AQUAPOWER <i>Durée : 45 min</i>	🕒 12h30 AQUAFIT <i>Durée : 45 min</i>	🕒 9h30 BÉBÉS NAGEURS <i>Durée : 45 min</i>
🕒 16h10 AQUASENIOR <i>Durée : 45 min</i>	🕒 13h05 AQUABIKE <i>Durée : 45 min</i>		🕒 16h10 AQUASENIOR <i>Durée : 45 min</i>	🕒 14h AQUABIKE SENIOR <i>Durée : 45 min</i>	🕒 10h15 BÉBÉS NAGEURS <i>Durée : 45 min</i>
🕒 18h AQUAPOWER <i>Durée : 45 min</i>		🕒 18h20 AQUABIKE <i>Durée : 45 min</i>	🕒 18h05 AQUAFIT <i>Durée : 45 min</i>		🕒 11h BÉBÉS NAGEURS <i>Durée : 45 min</i>
🕒 19h05 AQUABIKE <i>Durée : 45 min</i>		🕒 19h15 AQUABIKE <i>Durée : 45 min</i>	🕒 19h AQUAPOWER <i>Durée : 45 min</i>	🕒 19h AQUA TRAINING <i>Durée : 45 min</i>	
🕒 20h AQUABIKE <i>Durée : 45 min</i>	🕒 19h45 AQUAPOWER <i>Durée : 45 min</i>				

Durant les vacances scolaires, les cours n'ont pas lieu.

🕒 Location Aquabike

Séance non encadrée, utilisation seule -
Durée 30 min.

Du lundi au samedi (suivant l'affluence).

€ Tarifs - Animation

(Gym aquatique, bébé nageur)

Adhésion **Trimestrielle** (adulte et enfant) : **75 €**

Adhésion **Annuelle adulte** : **200 €**

Adhésion **Annuelle enfant** : **183 €**

1 séance **Bébé nageur** : **11 €**

1 séance **Gym aquatique** : **10 €**

(Aquabike)

Adhésion **Trimestrielle** : **100 €**

Adhésion **Annuelle** : **280 €**

1 séance **45 min** : **15 €**

Location **Aquabike 30 min** : **5 €**

Saison 2026-2027

SÉANCES DE NATATION

(cours de 40 minutes pour les enfants et 45 minutes pour les adultes)

Enfant débutant

Activité pour les enfants souhaitant se familiariser avec le milieu aquatique pour être autonome.

5-6 ans - Découverte (reste accroché au mur, ne mets pas la tête dans l'eau).

- Mercredi : 13h - 15h30

5-8 ans - Initiation niveau 1

(n'est pas autonome ou l'est sur 2/3 m).

- Lundi - mardi - jeudi : 17h15
- Mercredi : 12h10 - 13h50 - 14h40 - 16h20

7-10 ans - Initiation niveau 2

(autonome sur 25 m).

- Lundi - vendredi : 17h15
- Mercredi : 13h - 14h40 - 15h30 - 16h20 - 17h10

Adolescent

12-15 ans - Ados performance

(savoir-faire : 3 nages (papillon, dos, brasse, crawl)).

- Mercredi : 17h10

Enfant perfectionnement

Activité pour les enfants souhaitant perfectionner une ou plusieurs nages. Niveau demandé : être capable de nager sur 25 m.

8-12 ans - Perfectionnement niveau 1

(savoir-faire : 25 m nage ventrale et 25 m nage dorsale non enchaînés).

- Mardi - jeudi : 17h15
- Mercredi : 13h50 - 14h40 - 15h30

10-14 ans - Perfectionnement niveau 2

(savoir-faire : 2 nages (papillon, dos, brasse, crawl), autonome sur 50 m)

- Mercredi : 13h50 - 17h10
- Vendredi : 18h

Adulte

Initiation (ne mets pas la tête dans l'eau).

- Mardi : 18h50
- Jeudi : 12h30

Perfectionnement niveau 1 (savoir-faire : nage ventrale et/ou dorsale, autonome sur 25m).

- Mardi : 18h

Perfectionnement niveau 2 (savoir-faire : 3 nages (papillon, dos, brasse, crawl), autonome sur 50m).

- Lundi : 19h
- Mardi : 12h30
- Jeudi : 20h



Tarifs Natation

Adhésion **Trimestrielle** (adulte et enfant) : **75 €**

Adhésion **Annuelle adulte** : **200 €**

Adhésion **Annuelle enfant** : **183 €**

Mini-stage natation **Adulte 5 jours** : **90 €**

Mini-stage natation **Enfant 5 jours** : **80 €**

Création de carte lors du 1^{er} achat ou de la 1^{ère} adhésion : **5 €**

En cas de perte la nouvelle carte sera facturée **5 €**

Le coût de l'adhésion comprend un cours par semaine.



Mini stages natation

Petites vacances scolaires

Jardin aquatique de 4 à 6 ans

Enfant débutant de 5 à 10 ans

Enfant perfectionnement de 6 à 14 ans

Du lundi au vendredi - Séance de 45 min/jour



Espace détente

Accès à partir de 16 ans

Sauna, hamman, bain à remous
pour votre bien-être.

🕒 Horaires

**Du lundi 7 septembre 2026
au vendredi 2 juillet 2027**

Du lundi au vendredi :
de 11h à 20h30

Durée de validité : 1 an à partir de la date d'achat pour les abonnements, entrées, séances et horaires des espaces piscines, forme et détente. Aucun remboursement ou report ne sera possible quel qu'en soit le motif.

Piscine accessible aux heures d'ouverture au public.



€ Tarifs

Espace détente

Entrée Simple* : **12 €**

Entrée Duo* : **22 €**

Abonnement 10 entrées* : **100 €**

*Piscine accessible avec la carte détente.

Création de carte lors du 1^{er} achat ou de la 1^{ère} adhésion : **5 €**.

En cas de perte la nouvelle carte sera facturée **5 €**.

Espace forme

Accès à partir de 16 ans
avec autorisation parentale

Dans une ambiance dynamique et conviviale,
venez pratiquer le sport comme vous l'aimez,
selon votre niveau.



🕒 Horaires

Du lundi 7 septembre 2026 au vendredi 2 juillet 2027

Du lundi au vendredi :
de 9h à 20h30

Samedi :
de 8h30 à 17h

Accès plateau

L'ensemble du plateau : poids libres, appareils guidés et cardio
sont accessibles pendant les horaires d'ouverture au public.

Pour bénéficier d'un accompagnement personnalisé,
vos éducateurs sont disponibles du lundi au vendredi,
de 10h30 à 17h.

€ Tarifs

Espace forme

Entrée Simple* : 15 €

Abonnement 10 entrées* : 110 €

Abonnement 10 heures* : 55 €

Abonnement 1 mois* (nominatif) : 63 €

Abonnement 3 mois* (nominatif) : 160 €

Abonnement annuel* (nominatif) : 530 €

*Piscine et espace détente accessibles avec la
carte forme.

Création de carte lors du 1^{er} achat ou de la 1^{ère}
adhésion : 5 €.

En cas de perte, la nouvelle carte sera facturée 5 €.





Planning cours collectifs

Nombre de places limité sur certains cours :
prévoir votre inscription en arrivant en salle de sport.

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
 10h <i>Durée : 30 min</i>		BODY ZEN		BODY ZEN	
 10h45 <i>Durée : 45 min</i>	PILATES	STRETCHING		PILATES	GYM DOUCE
 12h30 <i>Durée : 45 min</i>	CUISSES ABDOS FESSIERS	FULL BODY	CIRCUIT PLATEAU	PILATES	CROSS TRAINING
 17h45 <i>Durée : 30 min</i>	BIKE	CARDIO BOXE		FULL BODY	ABDOS FESSIERS
 18h15 <i>Durée : 45 min</i>	FULL BODY	PILATES		BIKE	

Paieement

Carte bancaire, chèque, espèces ou chèques vacances papier, coupon-sport.

Prélèvement bancaire pour adhésion annuelle : en 5 paiements de 106 € les 5 premiers mois ou en 1 paiement immédiat de 68 € et 11 paiements de 42 € pendant 11 mois.

Prélèvement bancaire pour abonnement 3 mois : en 2 paiements de 80 € les 2 premiers mois.

Prévoir RIB.



Informations pratiques

- Slip ou boxer de bain obligatoire, le port du short de bain et du caleçon est interdit.
- Les enfants de moins de 12 ans doivent être obligatoirement accompagnés par une personne de plus de 18 ans.
- L'espace forme est accessible à partir de 16 ans avec autorisation parentale.
- L'espace détente est accessible à partir de 16 ans.
- Aucun remboursement ou report ne sera possible quel qu'en soit le motif.
- Fermeture technique de la piscine pour entretien semestriel du lundi 31 août au dimanche 6 septembre 2026 et du lundi 12 avril au dimanche 25 avril 2027.
- Prévoir un jeton ou une pièce d'un euro pour les casiers.

Moyens de paiement : carte bleue, chèque, espèces, chèques vacances papier, coupons sport.

 **Aquaval**
95 boulevard Robert Michon
69170 Tarare

 **04 74 05 04 00**

 **aquaval@c-or.fr**

 **piscines.ouestrhodanien.fr**



Suivez toute notre actualité
sur la page Facebook
@piscinesouestrhodanien