



Retrouvez nous sur
helloasso.com

AQUAFORM

Planning

Aquatraining

- Mercredi de 18h15 à 19h à la piscine des canetons
- Samedi de 9h15 à 10h à la piscine du Jas de Rhodes

Aquagym

- Mardi à la piscine des canetons de 11h15 à 12h
- Mercredi à la piscine des canetons de 17h15 à 18h
- Jeudi à la piscine des canetons de 11h15 à 12h

Aquapalmes

- Jeudi à la piscine du Jas de rhodes de 18h15 à 19h

Aquabike

- Lundi de 18h15 à 19h à la piscine du Jas de rhodes
- Samedi de 8h30 à 9h15 à la piscine du Jas de rhodes

Reprise de la saison
Le 16 septembre 24 selon
planning

AQUAFORM

Tarifs

- 1 COURS HORS BIKE 270€
- 2 COURS HORS BIKE 370€
- AQUA ILLIMITÉ HORS BIKE HORS MASTERS 470€
- AQUA ILLIMITÉ + MASTERS HORS BIKE 570€



AQUABIKE

Tarifs

- 1 COURS BIKE 320€ La saison
- 2 COURS BIKE 520€ la saison



-20€ ancien adhérent
-10€ pennois

-15% 2 activités
-20% 3 activités

ÉCOLES DE NAGE

FRANCAISE

Planning

Tests afin de déterminer le niveau en fonction de l'âge et du planning du 16 au 28 septembre 24



JARDIN AQUATIQUE

dès 4 ans

- Mercredi de 10h30 à 11h15 à la piscine des canetons
- Mercredi de 13h30 à 14h15 à la piscine des canetons



Enf2 dès 8 ans

- Lundi à la piscine des canetons de 17h à 17h45
- Mercredi à la piscine des canetons de 12h30 à 13h30
- Jeudi à la piscine des canetons de 17h à 17h45
- Samedi à la piscine du Jas de rhodes de 12h à 13h



ENF1 dès 6 ans

- Lundi à la piscine des canetons de 17h à 17h45
- Mercredi à la piscine des canetons de 12h30 à 13h30
- Jeudi à la piscine des canetons de 17h à 17h45
- Samedi à la piscine du Jas de rhodes de 12h à 13h

Enf3 (pré compet) En fonction du niveau

- Mercredi à la piscine des canetons de 14h15 à 15h15
- Jeudi à la piscine du Jas de rhodes de 18h15 à 19h15
- Vendredi à la piscine du Jas de rhodes de 18h à 19h



Tarifs

- 1 COURS 270€
- 2 COURS 370€
- ENF3 1ere année 1 COURS 270€
- ENF3 2eme année 370€

-20€ ancien adhérent

-10€ pennois

Début des cours en fonction du planning le 16 septembre 24

Retrouvez nous sur
helloasso.com



PENNES MIRABEAU NATATION - Chemin de la ferme - salle Tino Rossi -
13 170 LES PENNES MIRABEAU

☎ 06.40.33.09.32 pennesmirabeaunatation@gmail.com



Retrouvez nous sur
helloasso.com

NATATION COURSE ET COMPÉTITIONS

Tests en fonction du
planning du 2 au 16
septembre 24

Planning



AVENIRS DÈS 9ANS et sur sélections

- Lundi à la piscine du Jas de rhodes de 18h15 à 19h30
- Mercredi de 14h15 à 16h à la piscine des canetons
- Vendredi 17h30 à 19h à la piscine du Jas de rhodes



ELITES sur sélections

- Du lundi au vendredi de 19h à 21h
- Samedi de 10h à 12h
- Mercredi PPG de 18h à 19h
- Mercredi et vendredi 6h30 à 8h

TOUS LES ENTRAÎNEMENTS SONT À LA
PISCINE DU JAS DE RHODES



BENJAMINS DES 10 ANS sur sélections

- Lundi de 19h30 à 21h
- Mercredi 18h à 19h PPG
- Mercredi et vendredi de 19h à 20h30
- Samedi de 10h à 12h

TOUS LES ENTRAÎNEMENTS SONT
À LA PISCINE DU JAS DE RHODES



Masters compétitions

- Lundi de 19h à 21h
- Mardi 19h30 à 21h
- Mercredi et vendredi 6h30 à 8h
- Jeudi de 19h à 21h
- Samedi de 10h à 12h

TOUS LES ENTRAÎNEMENTS SONT À LA
PISCINE DU JAS DE RHODES

Tarifs

- AVENIRS 370€ (pack compet non compris 45€)
- BENJAMINS ET ÉLITES 520€
- MASTERS COMPÉTITION 470€
-20€ ancien adherent
-10€ pennois

Début des cours en fonction du
planning le 2 septembre 24



PENNES MIRABEAU NATATION - Chemin de la ferme - salle Tino Rossi -
13 170 LES PENNES MIRABEAU

☎ 06.40.33.09.32 pennesmirabeaunatation@gmail.com



NATATION LOISIR

Planning



MASTERS LOISIR

- Mardi et jeudi 19h30 à 21h
- Mercredi et vendredi 6h30 à 8h
- Samedi de 12h à 13h

Tous les entraînements ont lieu
à la piscine du Jas de rhodes

ADOS (12 à 17 ans) et PRE-ADOS (9 à 11 ans)



- Mercredi 15h15 à 16h15 à la piscine des canetons
Mercredi de 16h15 à 17h15 à la piscine des canetons
- Samedi de 9h à 10h à la piscine du Jas de rhodes

Date de reprise des
entraînements le 16 septembre
24 selon planning

Tarifs

- 1 cours par semaine 270€
- 2 cours par semaine 370€
- MASTERS illimités 470€
-20€ ancien adhérent
-10€ pennois

Retrouvez nous sur
helloasso.com



PENNES MIRABEAU NATATION - Chemin de la ferme - salle Tino Rossi -
13 170 LES PENNES MIRABEAU

☎ 06.40.33.09.32 pennesmirabeaunatation@gmail.com

