

# Sport & détente

## ★ ESPACE "BIEN-ÊTRE" ★

Piscine, bassin balnéo. Ouverture le 4 juillet.

Température de l'eau : 32°.

Achetez vos entrées dès l'ouverture de la piscine (voir horaires page 2) !

### Horaires

Tous les jours de 16h30 à 19h30.

Evacuation à 19h.

### Tarif (à partir de 5 ans)

- 1 séance 10 €

## ★ ESPACE "FORME" ★

### Horaires

Lundi de 13h30 à 18h30

Tous les autres jours de 9h à 18h30.

### Tarifs

- 1 séance 10 €

- 5 séances 45 €

- 10 séances 80 €

Serviette et chaussures de sport obligatoires.

## ★ AQUALUNCH ★

Espace restauration : boissons, glaces, snack.

Carte complète sur place.



**ARACHES**  
LA FRASSE  
STATIONS des CARROZ  
& de FLAINE

Réalisation : service Communication - Arâches-la-Frasse. Photos © Monica Dalmasso, office de tourisme des Carroz. Impression : imprimerie Monterrain.

LESCARROZ

GRAND MASSIF - MONT BLANC

# AQUACÎME

MOUNTAIN SPA ★ PISCINE ★ FITNESS



## HORAIRES & TARIFS

ÉTÉ 2020

455, route du Mont Favay LES CARROZ 74300 ARÂCHES-LA-FRASSE  
04 50 90 24 80 // [sports@aracheslafrasse.fr](mailto:sports@aracheslafrasse.fr) // [www.lescarroz.com](http://www.lescarroz.com)



## CONTRAINTES SANITAIRES LIÉES AU COVID-19

Le port du masque à l'entrée et en caisse jusqu'en tenue de bain avant la douche est obligatoire dans l'établissement. Nous invitons donc tous les visiteurs de 11 ans et plus à venir équipés. L'espace piscine est divisé en 2 zones : l'espace "plage" et l'espace "baignade".

# Piscine

Ouverture tous les jours  
du 27 juin au 6 septembre 2020.  
Température de l'eau : 28°.

## POUR L'ACCÈS AUX BASSINS

> Short interdit, slip de bain obligatoire.

## HORAIRES

Du 27 juin au 6 septembre (inclus)  
De 11h15 à 19h30. Évacuation des bassins à 19h.

Ouverture des toboggans à partir de 12h30.

## TARIFS

<b>Enfants de moins de 5 ans</b>	GRATUIT
<b>Enfants (de 5 à 16 ans inclus)</b>	
- 1 entrée	3,90 €
- 10 entrées	36 €
- Forfait saison (nominatif)	65 €
<b>Adultes (de 17 à 64 ans inclus)</b>	
- 1 entrée	5,60 €
- 10 entrées	50 €
- Forfait saison (nominatif)	90 €
<b>Seniors (à partir de 65 ans)</b>	
- 1 entrée	4,60 €
- 10 entrées	42 €
- Forfait saison (nominatif)	67 €
<b>Entrée dernière heure (dès 18h)</b>	3 €

# Activités nautiques

Les maîtres-nageurs sauveteurs vous proposent des leçons individuelles ou collectives de natation et des activités nautiques :

- La *natation perfectionnement* allie différentes techniques de nage et le travail cardiovasculaire.
- L'*aquafitness* est un enchaînement de mouvements d'aquagym sur fond musical.

## LEÇONS

**Horaires**  
De 9h à 11h.

### Tarifs

- 1 cours particulier (25 min.)	18 €
- 10 cours particuliers (25 min.)	165 €
- 1 cours semi-privé (25 min. 4 pers. max)	13 €
- 10 cours semi-privés (25 min. 4 pers. max)	120 €

## PERFECTIONNEMENT & AQUAFITNESS

Sur réservation, dans la limite des places disponibles.

**Du 27 juin au 6 septembre (inclus)**

Accueil à 9h. Cours à 9h15.  
Perfectionnement : mardi et samedi.  
Aquafitness : tous les jours sauf le mardi.

### Tarifs

- 1 séance (40 min.)	8,50 €
- 10 séances (40 min.)	73 €

## COURS DE NATATION

Réservez auprès de nos maîtres-nageurs sauveteurs :

- Simon au 06 79 12 81 33
- Sabrina au 06 03 58 35 51
- Véronique au 06 75 03 55 38
- Antonin au 06 51 65 45 13

