

CENTRE BALNÉAIRE RAOUL FONQUERNE

TARIFS & HORAIRES



BASSIN SPORTIF INTÉRIEUR & EXTÉRIEUR,
PISCINE À VAGUES, BASSIN AVENTURE
AVEC TOBOGGAN, BAINS À REMOUS,
SOLARIUM, SPLASH PAD ...

BASSIN INTÉRIEUR 25m



HORAIRES HIVER/PRINTEMPS/ AUTOMNE :

Lundi de 12h à 16h
mardi de 12h à 14h / 16h30 à 19h45
Mercredi de 12h à 17h15
Jeudi de 12h à 14h / 16h30 à 19h45
Vendredi de 12h à 16h
Samedi de 12h à 18h
Dimanche & jours fériés de 10h à 18h



BASSINS LUDIQUES

BASSIN À VAGUES ET SPLASH PAD

HORAIRES HIVER/PRINTEMPS/ AUTOMNE

Mardi de 17h à 19h45
Mercredi de 14h15 à 17h15
jeudi de 17h à 19h45
Vendredi de 16h à 18h
Samedi de 12h à 18h
Dimanche & jours fériés de 10h à 18h

BASSIN AVENTURE

HORAIRES HIVER/PRINTEMPS/ AUTOMNE

Lundi de 14h à 16h
Mardi de 17h à 19h45
Mercredi de 12h à 17h15
jeudi de 17h à 19h45
Vendredi de 14h à 18h
Samedi de 12h à 18h
Dimanche & jours fériés de 10h à 18h

HORAIRES «PRINTEMPS/AUTOMNE» : (en période scolaire) de la fin des vacances de Pâques aux vacances de Toussaint.

HORAIRES «HIVER» : (en période scolaire) de la fin des vacances de Toussaint aux vacances de Pâques.

HORAIRES VACANCES (zone c) : se référer au site www.agglopoie.fr

HORAIRES HIVER :

Lundi de 10h à 18h
Mardi de 10h à 19h45
Mercredi de 10h à 18h
jeudi de 10h à 19h45
Vendredi de 10h à 18h
Samedi de 12h à 18h
Dimanche & jours fériés de 10h à 18h

HORAIRES PRINTEMPS/AUTOMNE :

Lundi de 10h à 19h45
Mardi de 10h à 19h45
Mercredi de 10h à 19h45
jeudi de 10h à 19h45
Vendredi de 10h à 18h45
Samedi de 12h à 18h
Dimanche & jours fériés de 10h à 18h

Dans le cadre du plan de sobriété énergétique, le bassin extérieur de 50 m sera fermé au public tous les dimanches à compter du 1^{er} décembre 2024 au 9 février 2025 inclus.

BASSIN EXTÉRIEUR 50m

TARIFS ENTRÉES

Enfant moins de 3ans	GRATUIT
Enfant (3-13ans)	3.80 €
Adulte	5.30 €
Animation ponctuelle adulte	10 €
Animation ponctuelle de 3 à 13ans	5 €

TARIFS SAM'PASS

Aquapass adulte 10 entrées	37 €
Aquapass adulte 30 entrées	101 €
Aquapass enfant 10 entrées	24.50 €
Aquapass enfant 30 entrées	63 €
Animation ponctuelle adulte	8 €

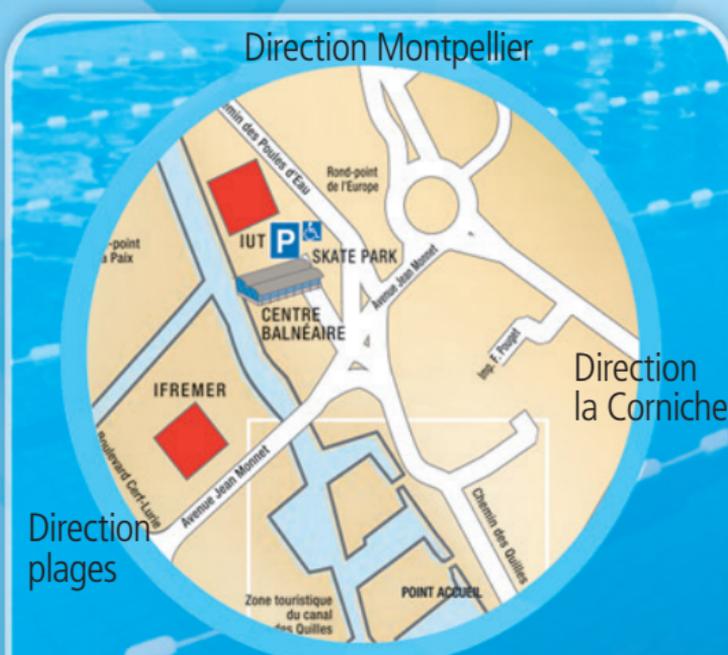
TARIF ÉTUDIANT

-20% sur présentation de la carte valable sur les tarifs entrées et abonnements adultes.

TARIFS ABONNEMENTS

Aquapass enfant 10 entrées	27 €
Aquapass enfant 30 entrées	69 €
Aquapass adulte 10 entrées	41 €
Aquapass adulte 30 entrées	112 €
Abonnement 10 heures	27 €
Abonnement 20 heures	48 €
Abonnement 30 heures	68.50 €
Passeport annuel multisite	215 €
Perte de carte	2.20 €

INFORMATIONS ET PLAN D'ACCÈS



- Shorts et paréos interdits

- Les enfants de moins de 10 ans doivent être accompagnés d'une personne âgée de 16 ans et +

- Les enfants de 10 à 13 ans doivent être munis d'une autorisation parentale

- Casier individuel (pièce de 1€)

- Possibilité de réservation pour les groupes

- Modes de paiement acceptés : espèces, chèques, CB et chèques-vacances.

- Inscriptions en ligne sur : www.agglpole.fr
> Bouger & découvrir > Les piscines
> Inscriptions en ligne



CENTRE BALNÉAIRE RAOUL FONQUERNE
1 CHEMIN DES POULES D'EAU - 34200 SÈTE
TÉL. 04 99 04 76 50 - FAX: 04 67 53 95 00
piscine.fonquerne@agglpole.fr

CENTRE BALNÉAIRE RAOUL FONQUERNE

TARIFS & HORAIRES



REMISE EN FORME, MUSCULATION,
CARDIO, FITNESS ...

DESCRIPTION DES ACTIVITÉS FITNESS

Pump : Cours collectif qui consiste à réaliser des mouvements avec des poids légers à moyens, tout en musique.

Pilates : Le Pilates est une sorte de gymnastique douce qui s'attache à travailler sur l'équilibre, le maintien de la colonne vertébrale et les muscles principaux

Yoga : Le yoga est la pratique d'un ensemble de postures et d'exercices de respiration qui vise à apporter un bien-être physique et mental.

Body sculpt : le Body sculpt alterne pics cardio et exercices de musculation réalisés à l'aide d'accessoires fitness de type élastiques, haltères, barres, poids, corde à sauter.

Gym équilibre : La Gym équilibre a pour but de donner une activité physique pour les seniors et par là même de leur apporter une autonomie la plus longue autonomie possible.

Postural ball® : Le Postural Ball® est une méthode douce, sport santé qui se pratique avec un gros ballon, en chorégraphie et en musique.

CAF (cuisses, abdos, fessiers) : Les cours de CAF sont des cours de renforcement musculaire qui permettront de travailler de façon isolée vos quadriceps, ischio-jambiers, adducteurs, vos petits, moyens et grands fessiers ainsi que vos abdominaux.

Stretching : Gymnastique douce basée sur des étirements des fibres musculaires

Abdos Flash / Stretching : Renforcement de la sangle abdominale suivi d'étirements des fibres musculaires.

Zumba® : La Zumba® est un programme d'entraînement physique complet, alliant tous les éléments de la remise en forme : cardio et préparation musculaire, équilibre et flexibilité. Les chorégraphies s'inspirent principalement des danses latines.

Renfo : Renforcement musculaire de tout le corps avec ou sans matériel.

HORAIRES ACCÈS LIBRE SALLE DE REMISE EN FORME

Du lundi au vendredi 8h - 20h
Samedi et dimanche 10h - 18h

L'accès à la salle Pro avec les poids libres est autorisée qu'en présence de l'éducateur de la structure.
Les clubs sont prioritaires pour l'utilisation de cette salle.

Horaires vacances (Zone C): Les horaires peuvent-être modifiés pendant les vacances scolaires. Se référer au site www.aggolpole.fr

TARIFS

Séance découverte 5.50 €
Carte de 10 (entrées salle ou cours) 49.50 €

ABONNEMENTS

(salle remise en forme + cours de fitness + accès piscine)

Semaine (5 jours glissants) 26 €
Mois 51.50 €
Trimestre 113 €
Année 340 €

TARIF ÉTUDIANT

-20% sur présentation de la carte

LE PLANNING FITNESS

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
9h30 10h15	Stretching	Body sculpt	Cuisses abdos fessiers	Body sculpt	Stretching
10h15 11h	Pilates	Gym équilibre	Gym douce	Stretching	Gym douce
11h15 12h	Posture ball	Pilates	Body sculpt	Pump	Pilates
12h15 13h	Pump	Cuisses abdos fessiers	Pilates	Abdo flash / Stretching	Cuisses abdos fessiers
13h 13h45	Yoga				
17h15 18h					
18h 18h45	Zumba	Cuisses abdos fessiers		Renfo	
18h45 19h30	Yoga	Stretching		Pilates	

Le taux de remplissage des cours est limité en nombre. La réservation est obligatoire.

L'accès pourra être refusé si le cours est complet (réservation limitée à 5 cours par semaine et par personne).

Le planning fitness peut évoluer en cours d'année.

Toute annulation de cours doit impérativement être signalée 24h à l'avance, hors ce délai la séance sera automatiquement débitée (cf. règlement intérieur)

