

# AQUAGYM / AQUA-PALMES AQUA-SÉNIORS

## Aquagym

**OBJECTIFS :** développement des capacités d'endurance, musculaires, cardio-vasculaires et respiratoires sans impacts sur les articulations et les os.

➔ **Mardi - 20h à 20h45**

➔ **Mercredi / Samedi - 9h à 9h45**

Séances du mardi à 19h pendant les vacances scolaires

## Aqua-palmes

**OBJECTIFS :** développement des capacités physiques, d'endurance, cardio-vasculaires et respiratoires sans risques de courbatures grâce à l'effet drainant de l'eau.

➔ **Mardi / Jeudi - 19h à 19h45**

## Aqua-séniors

**OBJECTIFS :** développement des capacités physiques, d'endurance, cardio-vasculaires et respiratoires.

➔ **Mercredi - 10h à 10h45**

TARIFS	Leucate		Hors Leucate	
	Trimestre	Année	Trimestre	Année
1 séance par semaine	65€	160€	75€	180€
	95€	240€	105€	260€
2 séances par semaine				
Carnet 10 tickets	60€		70€	

## Ouverture

- **1<sup>er</sup> trimestre :** Lundi 8 septembre au samedi 20 décembre 2025
- **2<sup>ème</sup> trimestre :** Lundi 12 janvier au samedi 28 mars 2026
- **3<sup>ème</sup> trimestre :** Lundi 30 mars au samedi 27 juin 2026

## S'inscrire

À partir du lundi 1<sup>er</sup> septembre 2025, à l'accueil de la piscine pendant les horaires d'ouverture au public ou par mail [accueil.piscine@mairie-leucate.fr](mailto:accueil.piscine@mairie-leucate.fr)

Afin de découvrir les différents cours, 1 séance d'essai par activité proposée !

## FORMATION BNSSA

La commune de Leucate et le SDIS 11 offrent aux jeunes Leucatois une formation certifiante qui, en cas d'obtention, leur garantit un emploi d'été sur la commune. La formation est prise en charge à 100% (460€) par la ville, contre l'engagement de faire au moins une saison de surveillance des plages leucatoises.

Si vous aussi vous êtes tentés par cette aventure, rejoignez-nous vite. Renseignez-vous à l'accueil de la piscine !



Renseignements / Infos  
Av. de la Caramoun 11370 LEUCATE  
**04 68 40 09 31**  
[accueil.piscine@mairie-leucate.fr](mailto:accueil.piscine@mairie-leucate.fr)

# CLUB AQUATIQUE MUNICIPAL LEUCATE

SAISON 2025 / 2026

Reprise des activités le 08/09/2025,  
fin de saison le 27/06/2026.



VILLE DE  
**Leucate**

# NATATION ENFANTS

**OBJECTIFS** : découverte des fondamentaux de la natation et du monde aquatique et apprentissage des différentes nages codifiées.

**IMMERSION** **ENTRÉE DANS L'EAU** **ÉQUILIBRE**  
**DÉPLACEMENTS** **RESPIRATION**

## Les P'tits Poulpes



→ Mercredi - 11h à 11h45

TARIFS P'tits Poulpes École de natation Compétition		Leucate	Hors Leucate
1 enfant	Trimestre	60€	70€
	Année	140€	160€
2 enfants	Trimestre	90€	120€
	Année	230€	300€
3 enfants	Trimestre	120€	150€
	Année	300€	380€
4 enfants	Trimestre	140€	180€
	Année	340€	450€
Enfant supp.	Trimestre	35€	45€
	Année	80€	110€

Pas de séances pendant les vacances scolaires et à partir du 29 juin.

# École de Natation



- **Piranhas** *Maîtrise immersion + flottaison*
- **Dauphins** *Maîtrise à minima 1 nage*
- **Requins** *Maîtrise à minima 2 nages*

→ Mercredi - 11h45 à 12h30 ou 14h à 14h45

- **Espadons** *Maîtrise à minima 3 nages*

→ Vendredi - 17h45 à 18h30

- **Ados** *Maîtrise à minima 1 nage*

→ Vendredi - 18h30 à 19h15

## Compétition

- **Tout public** *Maîtrise à minima 3 nages*

→ Mardi / Jeudi - 17h45 à 18h45

→ Mercredi - 15h à 16h

*Entraînement au moins 2 fois / semaine*

## COURS D'AQUAPHOBIE

Les cours d'aquaphobie se destinent aux personnes ayant une peur irraisonnée et chronique de l'eau. En groupe restreint, vous apprendrez à "apprivoiser" cet élément à votre rythme.

→ Vendredi - 12h15 à 13h

TARIFS	Leucate	Hors Leucate
Carnet 10 séances	80€	90€

# NATATION ADULTES

**OBJECTIFS** : apprentissage des 4 nages codifiées Crawl, Dos, Brasse et Papillon

→ Lundi / Mercredi / Jeudi - 19h à 20h

TARIFS		Leucate	Hors Leucate
1 séance par semaine	Trimestre	70€	80€
	Année	170€	190€
3 séances par semaine	Trimestre	100€	110€
	Année	250€	270€

Les adolescents ayant des bonnes capacités de natation seront susceptibles d'intégrer le groupe adulte.

