

Tarifs		Habitants 3CS <sup>1</sup>	Tout Public
Adulte <sup>2</sup>		3,90 €	4,90 €
Enfant / Jeune <sup>3</sup>		2,90 €	3,90 €
Tarif promotionnel : Samedi / (Mercredi et samedi pendant les vacances scolaires)		2 €	2 €
Famille <sup>4</sup> par personne		2,50 €	2,90 €
Tribu <sup>5</sup> par groupe		20 €	25 €
Groupe encadré (- 18 ans <sup>6</sup> ) par personne		2,40 €	2,80 €
Abonnements	Carte magnétique <sup>7</sup>	2 €	2 €
	10 entrées Adulte	31 €	39 €
	20 entrées Adulte	58 €	73 €
	10 heures Adulte	18 €	21 €
	20 heures Adulte	33 €	38 €
Aquaforme <sup>8</sup>	10 entrées Enfant / Jeune	23 €	31 €
	La séance	5,50 €	6,50 €
	Tarif promotionnel (la séance) : Samedi (Mercredi et samedi pendant les vacances scolaires)	3 €	3 €
	10 séances	49,50 €	58,50 €
	20 séances	93,50 €	110,50 €
	30 séances	132 €	156 €
Bodytraining 1h		Idem tarifs Aquaforme	
Location Aquabike 1/2h <sup>9</sup>		3 €	
Animation anniversaire <sup>10</sup> par enfant		4 €	5 €

Tarifs CE et associations : nous contacter

<sup>(1)</sup> 3CS : Communauté de Communes Carmausin-Ségala.

Justificatif de domicile obligatoire |

<sup>(2)</sup> À partir de 18 ans |

<sup>(3)</sup> Moins de 18 ans, gratuit pour les moins de 3 ans |

<sup>(4)</sup> Minimum 4 personnes, 1 ou 2 adultes |

<sup>(5)</sup> Maximum 8 personnes (enfants/jeunes, adultes) |

<sup>(6)</sup> Minimum de 9 enfants (- de 18 ans), accompagnateur obligatoire (gratuité accompagnateur) |

<sup>(7)</sup> Les cartes magnétiques d'abonnement sont valables un an à compter de la date d'achat. Première mise en service 2€. En cas de perte, le renouvellement de la carte est fixé à 5€. |

<sup>(8)</sup> Accès 15 minutes aux bassins après la séance OU Bodytraining libre 1h |

<sup>(9)</sup> Aquabike à réserver hors créneau Aquaforme |

<sup>(10)</sup> Groupe de 8 à 12 enfants, à partir de 8 ans. Animation le samedi après-midi sur réservation, selon disponibilités, adulte accompagnateur obligatoire (gratuité accompagnateur) |

Hammam et pataugeoire fermés jusqu'à nouvel ordre

## INFORMATIONS GÉNÉRALES

>> Bermudas et shorts interdits

>> Enfants de moins de 10 ans obligatoirement accompagnés d'un adulte en tenue de bain

>> Évacuation des bassins 15 minutes avant la fermeture de l'établissement. Fermeture des caisses 30 minutes avant la fermeture de l'établissement

>> Possibilité de cohabitation avec d'autres utilisateurs (écoles, associations)

>> Cours aquaforme à partir de 16 ans

2013-2023

10 ans!

En décembre, fêtons ensemble les 10 ans de l'Odysée!

programme complet à venir

Composition : 3CS - Communauté de Communes Carmausin-Ségala  
Images : 3CS - Freepik - Pixabay  
Impression : Delort à Castanet-Tolosan en septembre 2023

Carmausin  
Ségala

L'Odysée  
CENTRE AQUATIQUE DU PARC

RUE CAMBOULIVES 81400 CARMAUX

INFOS PRATIQUES SUR : [www.carmausin-segala.fr](http://www.carmausin-segala.fr)

05 63 76 64 91 | [odyssee@3c-s.fr](mailto:odyssee@3c-s.fr)

2023 | 2024

Centre aquatique L'Odysée

HORAIRES - ACTIVITÉS - TARIFS

du 4 septembre 2023 au 5 juillet 2024

Horaires hors vacances scolaires

Horaires vacances scolaires\*

	10h30 - 13h30	15h15 - 19h45	
LUNDI	10h30 - 13h30	15h15 - 19h45	Du lundi au samedi 10h15 - 13h 15h15 - 19h15 Dimanche : 9h30 - 12h30
MARDI	12h - 18h45		
MERCREDI	9h15 - 12h15	15h - 19h45	
JEUDI	12h - 14h	15h45 - 18h45	
VENDREDI	12h - 19h15		
SAMEDI	10h - 13h	15h - 18h	
DIMANCHE	9h30 - 12h30		

\* Période Vacances scolaires :

Du 23/10 au 05/11/2023 ;  
Du 02/01 au 07/01/2024 ;  
Du 12/02 au 25/02/2024 ;  
Du 08/04 au 21/04/2024.

Fermetures prévues :

- Jours fériés 2023 : 01/11 - 11/11 - 25/12 | 2024 : 01/01 - 01/04 - 01/05 - 08/05 - 09/05 - 20-05
- Du 25/12/2023 au 01/01/2024
- Le 12/01/2024 pour formation
- À partir du 06/07/2024 pour travaux

La piscine l'Odysée est un équipement de la Communauté de Communes Carmausin-Ségala.

# L'Odyssée

· Centre Aquatique du Parc ·

L'Odyssée vous propose différents espaces et services :

- Bassin sportif homologué 5 couloirs de 25 m
- Bassin ludique 107 m<sup>2</sup> (avec accès pente douce)
- Bain à bulles, cascades massantes
- Accessibilité : Guidage audio, mise à l'eau pour les personnes à mobilité réduite
- Cours particuliers de natation (renseignements à l'accueil)

## Fête ton anniv' à la piscine



Animation **ANNIVERSAIRE** pour les enfants

45 min d'animation dans l'eau avec un-e éducateur sportif en présence d'un-e adulte accompagnateur (groupe de 8 à 12 enfants)

le samedi après-midi

Renseignements à l'accueil



· Les associations de L'Odyssée ·



### US Carmaux Natation

Contact : uscnatation81@gmail.com - 06 29 63 19 89  
Permanence téléphonique le mardi de 14h à 16h  
Site internet : www.abcnatation.com/uscarmaux

### Les grenouilles carmausines - Plongée



Contact : secretaire@usc-plongee.fr  
07 83 53 05 81  
Site internet : www.usc-plongee.fr

## Planning des activités Aquaforme

LUNDI	Aquagym 9h30 à 10h15	Bodytraining 10h30 à 12h	Circuit Fitness 12h15 à 13h			Aquadouce 16h à 16h45	Aquabike <sup>(1)</sup> 17h45 à 18h15	Aquagym 18h30 à 19h15
MARDI			Bodytraining 12h à 15h15			Aquadouce 15h30 à 16h15	Aquaphobie 16h15 à 17h15	Aquagym 18h30 à 19h15
MERCREDI	Aquagym 9h30 à 10h15						Aquabike <sup>(1)</sup> 17h45 à 18h15	Aquagym 18h30 à 19h15
JEUDI			Bodytraining 12h à 13h30			Aquadouce 16h à 16h45		Aquatonic 18h30 à 19h15
VENDREDI			Aquagym 12h15 à 13h		Bodytraining 13h15 à 17h45		Circuit Fitness 18h à 18h45	
SAMEDI		Aquagym 11h45 à 12h30						
DIMANCHE	Aquagym 10h à 10h45							

### Planning Aquaforme VACANCES SCOLAIRES

LUNDI	Aquagym 11h15 à 12h	Aquagym 18h à 18h45
MARDI	Bodytraining 10h15 à 12h30	Aquagym 18h à 18h45
MERCREDI	Aquagym 11h15 à 12h	Aquabike <sup>(1)</sup> 18h à 18h30
JEUDI	Bodytraining 10h15 à 12h30	Aquagym 18h à 18h45
VENDREDI	Aquagym 11h15 à 12h	Aquabike <sup>(1)</sup> 18h à 18h30
SAMEDI	Aquagym 11h45 à 12h30	
DIMANCHE	Aquagym 10h à 10h45	

## Les séances Aquaforme à partir de 16 ans

Echelle d'intensité des cours d'Aquaforme

### Aquagym

Se muscler en s'amusant

Cours idéal comme première pratique sportive, pour retrouver ou se maintenir en bonne condition physique, dans une ambiance conviviale



### Aquatonic

Travail musculaire complet, dynamique et toujours sympa !

Cours de gymnastique aquatique stimulante, pour un travail cardio-musculaire soutenu



### Circuit fitness

Brûler des calories avec les appareils de musculation

Cours axé sur le renforcement musculaire, tonification du corps sur des appareils de musculation aquatique



### Bodytraining

En autonomie : aquabike, stepper, dips, abdos...

Une salle de musculation dans l'eau ! Travail à son rythme, conseillé par nos éducateurs sportifs

### Aquaphobie Vaincre la peur de l'eau

Exercices simples et appropriés pour profiter des plaisirs de la baignade

### Aquadouce

Mouvements en douceur

Cours adapté aux séniors, idéal pour garder la forme, entretenir ses muscles et ses articulations

