



**Association Briochine
Sports et Détente**
4 rue Félix Le Dantec
22000 SAINT BRIEUC

AQUADETENTE - tél : 06 35 92 25 52

Mel : absd.aquagym@gmail.com Site : absd22.fr

Saison 2026 / 2027

Aquagym :

- mardi de 12h00 à 13h00 à H Boucher
- mardi de 13h00 à 14h00 à H Boucher
- mercredi de 11h00 à 12h00 à Aquaval (petit bassin)
- mercredi de 12h00 à 13h00 à Aquaval (petit bassin)
- jeudi de 19h15 à 20h15 à Aquaval
- jeudi de 20h15 à 21h15 à Aquaval
- vendredi de 15h00 à 16h00 à H Boucher
- vendredi de 16h00 à 17h00 à H Boucher
- samedi de 13h00 à 14h00 à Aquaval
- samedi de 14h00 à 15h00 à Aquaval (petit bassin)

Natation Adultes- Familiarisation au milieu aquatique

- samedi de 12h00 à 13h00 à Aquaval

Aquastep :

- mercredi de 13h00 à 13h45 à Aquaval (petit bassin)
- Vous pouvez contacter l'association par mail, téléphone, site internet ou courrier.
- La cotisation 2026/2027 est de **165 €**, licence UFOLEP incluse, payable en 1, 2 ou 3 fois par chèques, ou par chèques vacances ou coupons sport.
- Un certificat médical est nécessaire pour la pratique de l'aquagym, de la natation ou de l'aquastep seulement si vous avez répondu OUI à une question du questionnaire santé (voir site ABSD).
- Les séances durent **1h dans l'eau et ¾ d'heure pour l'aquastep** : il convient d'arriver 10 mn avant pour se mettre en tenue Possibilité de récupérer un cours manqué (modalités précisées sur le site).
- Le démarrage des activités est prévu la semaine du 14 septembre 2026, pour se terminer en juin 2027. Pas de séances lors des vacances scolaires.



**Association Briochine
Sports et Détente**
4 rue Félix Le Dantec
22000 SAINT BRIEUC

AQUADETENTE - tél : 06 35 92 25 52

Mel : absd.aquagym@gmail.com Site : absd22.fr

Saison 2026 / 2027

Aquagym :

- mardi de 12h00 à 13h00 à H Boucher
- mardi de 13h00 à 14h00 à H Boucher
- mercredi de 11h00 à 12h00 à Aquaval (petit bassin)
- mercredi de 12h00 à 13h00 à Aquaval (petit bassin)
- jeudi de 19h15 à 20h15 à Aquaval
- jeudi de 20h15 à 21h15 à Aquaval
- vendredi de 15h00 à 16h00 à H Boucher
- vendredi de 16h00 à 17h00 à H Boucher
- samedi de 13h00 à 14h00 à Aquaval
- samedi de 14h00 à 15h00 à Aquaval (petit bassin)

Natation Adultes - Familiarisation au milieu aquatique

- samedi de 12h00 à 13h00 à Aquaval

Aquastep :

- mercredi de 13h00 à 13h45 à Aquaval (petit bassin)
- Vous pouvez contacter l'association par mail, téléphone, site internet ou courrier.
- La cotisation 2026/2027 est de **165 €**, licence UFOLEP incluse, payable en 1, 2 ou 3 fois par chèques, ou par chèques vacances ou coupons sport.
- Un certificat médical est nécessaire pour la pratique de l'aquagym, de la natation ou de l'aquastep seulement si vous avez répondu OUI à une question du questionnaire santé (voir site ABSD).
- Les séances durent **1h dans l'eau et ¾ d'heure pour l'aquastep** : il convient d'arriver 10 mn avant pour se mettre en tenue Possibilité de récupérer un cours manqué (modalités précisées sur le site).
- Le démarrage des activités est prévu la semaine du 14 septembre 2026, pour se terminer en juin 2027. Pas de séances lors des vacances scolaires.



**Association Briochine
Sports et Détente**
4 rue Félix Le Dantec
22000 SAINT BRIEUC

AQUADETENTE - tél : 06 35 92 25 52

Mel : absd.aquagym@gmail.com Site : absd22.fr

Saison 2026 / 2027

Aquagym :

- mardi de 12h00 à 13h00 à H Boucher
- mardi de 13h00 à 14h00 à H Boucher
- mercredi de 11h00 à 12h00 à Aquaval (petit bassin)
- mercredi de 12h00 à 13h00 à Aquaval (petit bassin)
- jeudi de 19h15 à 20h15 à Aquaval
- jeudi de 20h15 à 21h15 à Aquaval
- vendredi de 15h00 à 16h00 à H Boucher
- vendredi de 16h00 à 17h00 à H Boucher
- samedi de 13h00 à 14h00 à Aquaval
- samedi de 14h00 à 15h00 à Aquaval (petit bassin)

Natation Adultes - Familiarisation au milieu aquatique

- samedi de 12h00 à 13h00 à Aquaval

Aquastep :

- mercredi de 13h00 à 13h45 à Aquaval (petit bassin)
- Vous pouvez contacter l'association par mail, téléphone, site internet ou courrier.
- La cotisation 2026/2027 est de **165 €**, licence UFOLEP incluse, payable en 1, 2 ou 3 fois par chèques, ou par chèques vacances ou coupons sport.
- Un certificat médical est nécessaire pour la pratique de l'aquagym, de la natation ou de l'aquastep seulement si vous avez répondu OUI à une question du questionnaire santé (voir site ABSD).
- Les séances durent **1h dans l'eau et ¾ d'heure pour l'aquastep** : il convient d'arriver 10 mn avant pour se mettre en tenue Possibilité de récupérer un cours manqué (modalités précisées sur le site).
- Le démarrage des activités est prévu la semaine du 14 septembre 2026, pour se terminer en juin 2027. Pas de séances lors des vacances scolaires.