

# L'Odyssée

Centre Aquatique du Parc

## L'intérieur

L'Odyssée vous propose différents espaces et services :

- > Bassin sportif homologué 5 couloirs de 25 mètres
- > Bassin ludique 107 m<sup>2</sup> (avec accès pente douce)
- > Pataugeoire intérieure, jets d'eau
- > Hammam, 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)

## L'extérieur (Ouverture en été - selon la météo)

- > Terrasse extérieure « solarium » de 200 m<sup>2</sup> équipée de chaises longues
- > 2 000 m<sup>2</sup> de pelouse
- > **Aquatoon**, plaine de jeux aquatiques pour les enfants



## LES ASSOCIATIONS DE L'ODYSSÉE

### US Carmaux Natation

Contact : [abcnatation@gmail.com](mailto:abcnatation@gmail.com) - 06 29 63 19 89  
(permanence téléphonique le mardi de 14h à 16h)  
Site internet : [www.abcnatation.com/uscarmaux](http://www.abcnatation.com/uscarmaux)

### US Carmaux Plongée Subaquatique

Contact : [secretaire@usc-plongee.fr](mailto:secretaire@usc-plongee.fr) - 06 82 48 63 22  
Site internet : [www.usc-plongee.fr](http://www.usc-plongee.fr)

## Planning des activités Aquaforme \*

Jour	9h30 à 10h15	10h30 à 12h	12h15 à 13h	13h15 à 14h	14h15 à 15h	15h30 à 16h30	16h à 16h45	17h45 à 18h15	18h30 à 19h15
LUNDI	Aquagym	Bodytraining	Circuit Fitness			Aqua prénatale	Aquadouce	Aquabike <sup>(1)</sup>	Aquagym
MARDI				Bodytraining		Aquadouce	Aquaphobie		Aquagym
MERCREDI	Aquagym							Aquabike <sup>(1)</sup>	Aquagym
JEUDI			Bodytraining		Aquadouce				Aquatonic
VENDREDI			Aquagym				Bodytraining	Circuit Fitness	
SAMEDI		Aquagym							
DIMANCHE	Aquagym								

\* Voir planning au verso. Les vacances scolaires sont les vacances de la Toussaint, de Noël, d'hiver, de printemps et d'été.

## Planning des activités Aquaforme VACANCES SCOLAIRES \*

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

Pendant les vacances d'ÉTÉ, la piscine est fermée le dimanche

## Les séances Aquaforme

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 cardiomusculaire soutenu

### Aquadouce

*Mouvements en douceur*  
Cours adapté aux séniors, idéal pour garder la forme, entretenir ses muscles et ses articulations

### 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

### Aquabike

*Un moment sportif et convivial*  
<sup>(1)</sup> Cours sur réservation  
Pédaler dans l'eau pour bénéficier des bienfaits de l'hydromassage et du drainage. Travail complet sur l'ensemble du corps

### Natation prénatale

Activité destinée aux futures mamans proposée par une sage-femme

### Aquaphobie

*Vaincre la peur de l'eau*  
Exercices simples et appropriés pour profiter des plaisirs de la baignade

## Horaires du hammam

Jour	Période normale		Vacances scolaires
	9h30 - 13h15	16h30 - 19h30	
LUNDI	9h30 - 13h15	16h30 - 19h30	
MARDI		13h - 19h30	
MERCREDI	9h30 - 12h	17h45 - 19h30	10h15 - 12h45
JEUDI		13h - 19h30	
VENDREDI	12h - 13h15	16h - 19h	
SAMEDI		10h - 12h45	
DIMANCHE	10h15 - 12h15		10h15 - 12h15

Le hammam est fermé pendant l'été.



## Horaires d'ouverture tout public

PISCINE	Période normale <sup>(1)</sup>		Vacances scolaires <sup>(2)</sup>
LUNDI	10h30 - 13h30	15h30 - 19h45	10h15 - 13h 15h15 à 19h15
MARDI	12h - 18h45		
MERCREDI	9h15 - 12h15	15h - 19h45	
JEUDI	12h - 18h45		
VENDREDI	12h - 14h	16h - 19h15	
SAMEDI	10h - 13h	15h - 18h	
DIMANCHE	9h30 - 12h30		9h30 à 12h30 <sup>(3)</sup> Fermé pendant les vacances d'été

<sup>(1)</sup> Horaires valables du 02/09/2019 au 28/06/2020 sous réserve de modifications. Reprise le 07/09/2020.

<sup>(2)</sup> Les vacances scolaires sont les vacances de la Toussaint, de Noël, d'hiver, de printemps et d'été. Voir dates ci-contre.

<sup>(3)</sup> À NOTER : pendant les vacances d'été, l'Odyssee est fermée le dimanche.

## 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 sur les créneaux horaires avec d'autres utilisateurs (écoles, associations)

## Ouverture et fermeture pendant les VACANCES SCOLAIRES ET JOURS FÉRIÉS

- >> VACANCES DE LA TOUSSAINT (du 21/10 au 03/11/19)  
Ouverture Vacances scolaires
- >> TOUSSAINT (vendredi 1<sup>er</sup> novembre 2019) : Fermé
- >> ARMISTICE 1918 (lundi 11 novembre 2019) : Fermé
- >> VACANCES DE NOËL (du 23/12/19 au 05/01/2020) :  
Ouverture Vacances scolaires
- >> VEILLE DE NOËL (mardi 24 décembre 2019)  
Ouverture de 9h30 à 12h30 / Cours aquagym de 9h45 à 10h30
- >> NOËL (mercredi 25 décembre 2019) : Fermé
- >> VEILLE DU JOUR DE L'AN (mardi 31 décembre 2019)  
Ouverture de 9h30 à 12h30 / Cours aquagym de 9h45 à 10h30
- >> NOUVEL AN (mercredi 1<sup>er</sup> janvier 2020) : Fermé
- >> VACANCES D'HIVER (du 10/02 au 15/02/2020)  
Ouverture Vacances scolaires
- >> VIDANGE : du dimanche 16 au dimanche 23 février 2020  
Fermeture obligatoire pour révision technique de l'équipement
- >> VACANCES DE PRINTEMPS (du 06/04 au 19/04/2020)  
Ouverture Vacances scolaires
- >> LUNDI DE PÂQUES (lundi 13 avril 2020) : Fermé
- >> FÊTE DU TRAVAIL (vendredi 1<sup>er</sup> mai 2020) : Fermé
- >> VICTOIRE 1945 (vendredi 8 mai 2020) : Fermé
- >> JEUDI DE L'ASCENSION (jeudi 21 mai 2020) : Fermé
- >> LUNDI DE PENTECÔTE (lundi 1<sup>er</sup> juin 2020)  
Ouverture de 9h30 à 12h30 / Cours aquagym de 9h45 à 10h30
- >> VACANCES D'ÉTÉ (du 29/06 au 14/08/2020)  
Ouverture Vacances d'été
- >> FÊTE NATIONALE (mardi 14 juillet 2020) : Fermé
- >> ASSOMPTION (samedi 15 août 2020) : Fermé
- >> VIDANGE : du dimanche 23 août au dimanche 6 septembre 2020  
Fermeture obligatoire pour révision technique de l'équipement

## Tarifs

	Habitants 3CS <sup>1</sup>	Tout Public
Adulte <sup>2</sup>	3,90 €	4,90 €
Tarif promotionnel Adulte <sup>2</sup> (accès bassin/aquagym/hammam selon ouverture) : Samedi matin en période normale / Mercredi et samedi en période vacances scolaires	3 €	3 €
Enfant / Jeune <sup>3</sup>	2,90 €	3,90 €
Tarif promotionnel Enfant / Jeune <sup>3</sup> : Samedi matin en période normale / Mercredi et samedi en période 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 €
	10 entrées Adulte	31 €
	20 entrées Adulte	58 €
	10 heures Adulte	18 €
	20 heures Adulte	33 €
Activités Aquaforme <sup>8</sup>	10 entrées Enfant / Jeune	23 €
	La séance	5,50 €
	Séance Aquagym : Samedi matin en période normale - Mercredi et samedi en période vacances scolaires	3 €
	10 séances	49,50 €
	20 séances	93,50 €
30 séances	132 €	
Bodytraining 1h	Idem tarifs Aquaforme	
Location Aquabike 1/2h <sup>9</sup>	3 €	
Hamam <sup>10</sup> - la séance	2 €	
Hamam <sup>10</sup> - 10 séances	15 €	
Animation anniversaire <sup>11</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 et Hammam après la séance OU Bodytraining libre 1h / <sup>(9)</sup> Aquabike à réserver hors créneau Aquaforme / <sup>(10)</sup> Entrée non comprise / <sup>(11)</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)

Composition : Service Communication / Communauté de communes Carmausin-Ségala - Crédit photo 3CS / Fond vagues et piscine designed by freepik.com - Tirage : 5 000 exs. par Imprimerie Delort à Castanet-Tolosan

2019  
2020

PISCINE INTERCOMMUNALE

# Le guide pratique septembre 2019 - août 2020

## TARIFS, HORAIRES ET ACTIVITÉS

Horaires valables du 02/09/2019 au 06/09/2020 sous réserve de modifications

L'Odyssee  
Centre Aquatique du Parc  
Rue Camboulives 81400 Carmaux  
odyssee@3c-s.fr - 05 63 76 64 91  
www.carmausin-segala.fr

Fête ton anniv' à la piscine!

### Animation ANNIVERSAIRE pour les enfants

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

>> le samedi après-midi

>> espace mis à disposition pour le goûter (goûter non compris)

Renseignements à l'accueil de l'Odyssee

à partir de  
8 ans