

SEAM

SAINT-ÉTIENNE AQUATIC MÉTROPOLE

CRÉNEAUX

SAINT-ÉTIENNE AQUATIC MÉTROPOLE

2025 - 2026



eurocom
swim

Saint-Étienne
Ville créative design

FÉDÉRATION FRANÇAISE
NATATION

MAC

SEAM
S'ENGAGE

SEAM

SAINT-ÉTIENNE AQUATIC MÉTROPOLE

PÔLE SANTÉ - BIEN ÊTRE



Saint-Étienne
Ville créative design



SEAM

SAINT-ÉTIENNE AQUATIC MÉTROPÔLE

PÔLE SANTÉ - BIEN ÊTRE **NAGEZ FORME SANTÉ**

JEUDI

11H15 - 12H00 Raymond SOMMET

17H30 - 18H15 Pierre POTY

VENDREDI

12H15 - 13H00 Raymond SOMMET

150€

1 À 2 SÉANCES PAR SEMAINE

PÔLE SANTÉ - BIEN ÊTRE

AQUABIKE :

270€ pour une séance d'aquabike.
Non cumulable avec d'autres activités.

AQUAGYM, TABATA, AQUARUN & CIRCUIT TRAINING :

Pour 2, 3, 4 & 5 séances, vous pouvez choisir des créneaux sur les 4 activités (ne concerne pas l'aquabike).

AQUABIKE

270€

1 SÉANCE PAR SEMAINE

AQUAGYM, TABATA, CIRCUIT TRAINING & AQUARUN

250€

1 SÉANCE PAR SEMAINE

320€

2 À 3 SÉANCES PAR SEMAINE

390€

3 À 5 SÉANCES PAR SEMAINE

POUR AQUAGYM : Sauf mercredi soir & jeudi matin

PÔLE SANTÉ - BIEN ÊTRE

AQUABIKE

LUNDI

20H00 - 20H45 Raymond SOMMET

MERCREDI

12H15 - 13H00 Raymond SOMMET

19H45 - 20H30 Raymond SOMMET

19H00 - 19H45 Raymond SOMMET

JEUDI

12H00 - 12H45 Raymond SOMMET

19H00 - 19H45 Raymond SOMMET

19H45 - 20H30 Raymond SOMMET

SAMEDI

11H00 - 11H45 Raymond SOMMET

11H45 - 12H30 Raymond SOMMET

12H45 - 13H30 Raymond SOMMET

270€

1 SÉANCE PAR SEMAINE

PÔLE SANTÉ - BIEN ÊTRE

AQUAGYM

LUNDI

11H00 - 11H45 Yves NAYME

11H45 - 12H30 Yves NAYME

12H30 - 13H15 Yves NAYME

12H00 - 12H45 Grouchy

19H45 - 20H30 Yves NAYME

19H45 - 20H30 - Pierre POTY

MARDI

14H45 - 15H30 Yves NAYME

MERCREDI

18H15 - 19H00 Yves NAYME

19H00 - 19H45 Yves NAYME

JEUDI

08H45 - 09H30 Yves NAYME

12H45 - 13H30 Yves NAYME

VENDREDI

19H45 - 20H30 Yves NAYME

SAMEDI

08H15 - 09H00 Yves NAYME



PÔLE SANTÉ - BIEN ÊTRE

CIRCUIT TRAINING

MARDI

19H45 - 20H30 Grouchy

AQUARUN

AQUAGYM EN GRANDE PROFONDEUR

JEUDI

16H15 - 17H00 Raymond SOMMET

SAMEDI

10H15 - 11H00 Raymond SOMMET

TABATA

AQUAGYM TRÈS INTENSE

MARDI

19H00 - 19H45 Grouchy

19H45 - 20H30 Yves NAYME

250€

1 SÉANCE PAR SEMAINE

320€

2 À 3 SÉANCES PAR SEMAINE

390€

3 À 5 SÉANCES PAR SEMAINE