

Info pratiques

HABSHEIM

CENTRE NAUTIQUE
ILE NAPOLÉON
5 rue de l'Industrie
Tél : 03 89 63 44 90

ILLZACH

PISCINE DES
JONQUILLES
2 rue des Jonquilles
Tél : 03 89 66 70 99

MULHOUSE

PISCINE DE L'ILLBERG
51 boulevard Charles
Stoessel
Tél : 03 69 77 66 88

PISCINE DE BOURZWILLER

28 rue Saint Georges
Mulhouse
Tél : 03 89 50 52 51

UNGERSHEIM

PISCINE
D'UNGERSHEIM
10 rue des Lilas
Tél : 03 89 48 04 37

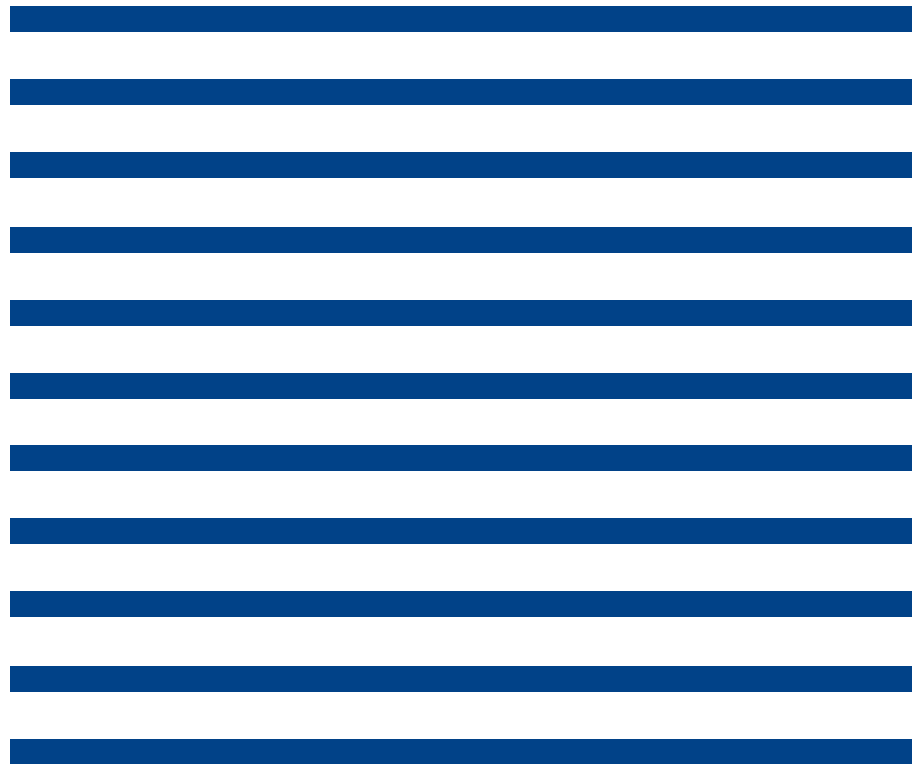
Les inscriptions se font en ligne en se connectant à la plateforme e-services.mulhouse-alsace.fr Retrouvez les horaires des piscines et les tarifs sur [m2A.fr](https://m2a.fr)

- **BÉBÉS NAGEURS** : ce moment particulièrement privilégié pour les enfants et leurs parents permet aux tout-petits de découvrir les plaisirs de l'eau. De 6 mois à 3 ans, les bébés peuvent ainsi vivre pleinement leur éveil moteur et sensoriel. Cette activité se pratique en famille pour le bonheur de tous.
- **AISANCE AQUATIQUE NOUVEAU** : explorer le milieu aquatique en grande profondeur en apprenant à se sauver de plusieurs façons pour garantir sa sécurité
- **JARDIN AQUATIQUE** : le plaisir de l'eau pour les enfants de 3 à 5 ans (non révolus). Par le biais de parcours ludiques dans une eau à température adaptée, le tout avec le soutien des parents et des maîtres-nageurs, l'enfant prendra plaisir à se déplacer dans l'eau.
- **TÊTARD ET CREVETTE** : familiarisation avec le milieu aquatique.
- **TORTUE** : être capable de se déplacer en battements sur le ventre et le dos sur une distance de 5 m.
- **DAUPHIN** : être capable de se déplacer sur le dos et le ventre avec les jambes et les bras sur une distance de 10 m.
- **ESPADON** : être capable de nager en nage libre sur une distance de 25 m.
- **REQUIN** : être capable de nager en nage libre sur une distance de 50 m.
- **ÉPAULARD** : être capable de nager les quatre nages sur une distance de 100 m.
- **ADULTES** : selon le niveau, pour une pratique allant de l'apprentissage de la natation au perfectionnement des techniques de nage.
- **AQUAPHOBIE** : activité proposée à toute personne souhaitant surmonter sa peur de l'eau.

Leçons particulières sur rendez-vous.



Guide pratique des leçons de natation



Saison 2023/2024



Piscine des Jonquilles

	LUN	MAR	MER	JEU	VEN	SAM
Enfants (de 5 à 7 ans) - Niveau Têtard			14h			
Enfants (de 5 à 7 ans) - Niveau Têtard - Crevette - Tortue	16h45	16h45	15h	16h45		
Enfants (de 5 à 9 ans) - Niveau Têtard - Crevette - Tortue			9h30			
Enfants (à partir de 8 ans) - Niveau Têtard - Crevette - Tortue	17h45	17h45	16h	17h45	16h45	
Enfants (à partir de 8 ans) - Niveau Tortue						9h30
Enfants (à partir de 8 ans) - Niveau Dauphin			17h			
Enfants (à partir de 10 ans) Niveau Dauphin - Epaulard						10h30
Adultes Débutants (18 ans et +)			18h	18h45		
Adultes Perfectionnement (18 ans et +)			18h			

Piscine de l'Illberg

	LUN	MAR	MER	JEU	VEN	SAM
Enfants (de 5 à 6 ans) Niveau Têtard - Tortue - Dauphin		16h45	9h30 10h30 14h15	16h45	16h45	10h30
Enfants (à partir de 7 ans) Niveau Têtard - Tortue - Dauphin - Requin	16h45 17h45	17h45	11h30 15h15 16h15	17h45	17h45	11h30
Enfants (de 10 à 14 ans) Niveau Tortue - Dauphin - Requin - Épaulard			17h15			
Enfants (de 12 à 15 ans) Niveau Tortue - Dauphin						16h
Enfants (de 12 à 15 ans) Niveau Dauphin Or - Requin - Epaulard						15h
Jeunes (de 14 à 18 ans) Niveau Requin Bronze - Epaulard						14h
Adultes Débutants (16 ans et +)	18h45					9h30
Adultes Perfectionnement (16 ans et +)	18h45			18h45		9h30

Piscine de Bourtwiller

	MAR	MER	JEU	VEN	SAM
Enfant (de 3 à 5 ans) - Jardin aquatique		9h30			
Enfants (de 4 à 5 ans) - Niveau Têtard - Crevette	17h				
Enfants (de 6 à 18 ans) - Niveau Tortue - Espadon	18h	17h		18h	
Enfants (de 4 à 5 ans) - Niveau Têtard		10h30 14h 15h	16h45		
Enfants (de 4 à 5 ans) - Niveau Crevette - Tortue		14h 15h			
Enfants (de 6 à 18 ans) - Niveau Têtard - Crevette		16h		17h	
Enfants (de 15 à 19 ans) - Préparation BNSSA - Niveau Requin (sélection MNS)		18h			
Enfants (de 6 à 18 ans) - Niveau Tortue - Dauphin			17h45		10h30
Aquaphobie adultes					9h30

Centre Nautique Ile Napoléon

	LUN	MAR	MER	JEU	VEN	SAM
Bébés nageurs (de 6 mois à 4 ans)						8h30 & 9h (6 à 12 mois) 9h30 & 10h15 (13 à 18 mois) 10h30 & 11h (19 à 24 mois) 11h30* & 12h* (6 à 48 mois)
Aisance aquatique (de 4 à 6 ans)**	16h45			16h45	16h45	11h45
Enfants (de 5 à 9 ans) Niveau Têtard	17h30	16h45	9h30 10h30 14h	17h30		
Enfants (de 5 à 9 ans) - Niveau Tortue	17h30	17h45	9h30 10h30 16h	17h30		
Enfants (de 5 à 12 ans) - Niveau Dauphin			9h30			
Enfants (de 7 à 12 ans) - Niveau Tortue			14h		16h45	9h30 10h30
Enfants (de 7 à 12 ans) - Niveau Dauphin			10h30		17h45	9h30 10h30 11h30
Enfants (de 7 à 12 ans) - Niveau Espadon			15h			9h30 10h30 11h30
Enfants (de 5 à 9 ans) - Niveau Dauphin			16h			
Enfants (de 5 à 12 ans) - Niveau Requin			15h			
Enfants (de 7 à 12 ans) - Niveau Requin						11h30
Aquaphobie						8h30
Adulte Débutants (16 ans et +)						8h30
Adultes Perfectionnement (16 ans et +)			18h30			8h30

Piscine d'Ungersheim

	MER	JEU	VEN	SAM
Enfants (de 5 à 6 ans) - Niveau Têtard - Crevette	9h30		16h45	
Enfants Débutants (de 6 à 10 ans) - Niveau Têtard - Crevette		16h45		
Enfants (de 7 à 9 ans) - Niveau Tortue	10h30			
Enfants (de 6 à 10 ans) - Niveau Tortue				9h45
Enfants (de 6 à 10 ans) - Niveau Dauphin - Espadon	17h30			
Enfants (de 6 à 14 ans) - Niveau Dauphin - Espadon				10h45
Enfants (de 8 à 14 ans) - Niveau Espadon - Requin - Epaulard			17h45	
Enfants (de 8 à 14 ans) - Niveau Espadon- Requin - Epaulard			17h45	