

Devenez membre CITESPORTS

pour bénéficier des pass, de tarifs privilégiés, d'une privatisation du site à partir de 19h, du parking et d'animations tout au long de l'année.

Tarif carte membre

Adulte	60,00 €
Couple	110,00 €
Jeune (16-25ans)	50,00 €
Enfant (-16ans)	40,00 €

Pass Aqua'O	12mois	Pass AquaBiking	10mois	Pass AquaBiking	10mois
Accès piscine en illimité		2 séances d'aquabiking par semaine		1 séance d'aquabiking par semaine	
22€/mois 260€/an		47€/mois 470€/an		27€/mois 270€/an	

Pass Aquafitness	12mois	Pass Aquagymé'O	12mois	Pass Aquagymé'Bike	12mois
Accès aquafitness en illimité		Accès aquafitness + piscine		Aquafitness + aquabike 1 X par semaine	
30€/mois 360€/an		40€/mois 480€/an		47€/mois 564€/an	

Cours de natation	10mois	Aqua'Perf (ado/adulte)	10mois	Cours de natation	10mois
Adulte 1 cours par semaine		Aqua'O + Cours adulte + Swim training + Aqua-renfo		Enfant 1 cours par semaine	
30€/mois 300€/an		50€/mois 500€		28€/mois 280€/an	

Pass Fit'Forme	12mois	Pass Aqua'Fit'Forme	12mois	Pass Aquagymé'Forme	12mois
Accès plateau musculation en illimité		Piscine + plateau musculation		Aquafitness + plateau musculation	
25€/mois 300€/an		40€/mois 480€/an		45€/mois 540€/an	

Pass Fit'Forme	12mois	Pass Aqua'Fit'Forme	12mois	Pass Aquagymé'Forme	12mois
Accès cours collectifs en illimité		Piscine + cours collectifs		Aquafitness + cours collectifs	
20€/mois 240€/an		35€/mois 420€/an		40€/mois 480€/an	

Pass Fit'performance	12mois	Pass Aqua'Fit'Performance	12mois	CitéSports Privilège	12mois
Plateau musculation + cours collectifs		Piscine + plateau + cours collectifs		Accès à tout le planning!	
35€/mois 420€/an		45€/mois 540€/an		80€/mois 960€/an	

Option Small Group*	12mois	Tout ces abonnements offrent gratuitement l'accès au sauna !	
Cours plateau muscu		*Extension accessible uniquement à partir d'un Pass annuel. Cours en effectif limité uniquement sur réservation.	
+5€/mois 60€/an			



Site du CNSD

Citésports Site du CNSD - 1 rue des Archives - 77300 Fontainebleau - 01.64.22.92.06

a.citesports@recrea.fr / www.citesports.fr

Page Facebook : Citésports - Instagram : citesports_fontainebleau

Horaires d'ouverture

(Après 19h le site est réservé aux membres)

MEMBRES	Plateau musculation (coach présent sur tous les créneaux)		Piscine (évacuation 20 mn avant la fermeture)	
	Lundi	12h00-13h30	19h00-21h30	12h00-14h00
Mardi	12h00-13h30	18h00-21h30	12h00-14h00	17h30-21h30
Mercredi	12h00-13h30	19h00-21h30	10h00-14h00	17h30-21h30
Jeudi	12h00-13h30	18h00-21h30	12h00-14h00	17h30-21h30
Vendredi	12h00-13h30	16h00-21h30	12h00-14h00	17h30-21h30
Samedi	11h00-18h00		10h00-13h00	14h00-18h00
Dimanche	10h00-13h30		10h00-13h30	

Tarifs unitaires et cartes de 12 entrées

MEMBRES	Unitaires	Carte de 12	NON MEMBRES
Piscine adulte	5.00€	50.00€	7.00€
Sauna	3.00€	30.00€	5.00 €
Piscine enfant	4.00€	40.00€	5.00€
Aquagym	10.00€	100.00€	14.00€
Aquabike	12.00€	120.00€	16.00€
Swim training	15.00€	150.00€	20.00€
Cours collectifs	10.00€	100.00€	14.00€
Plateau muscu	12.00€	120.00€	16.00€

Toutes les activités fitness et le plateau cardio-muscu sont accessibles à partir de 16 ans. L'accès à ces espaces ne peut se faire qu'en chaussures réservées à l'usage intérieur. Par mesure d'hygiène l'utilisation d'une serviette en salle est obligatoire.
Bassin de 50mètres. Profondeur : petit bassin 1m40, grand bassin 2m. Port du bonnet de bain obligatoire. Les enfant de moins de 12 ans doivent être accompagnés d'un adulte en tenue de bain. 2 périodes de fermeture technique annuelle pour vidange réglementaire du bassin.
Evacuation du bâtiment (infrastructures sportives et vestiaires) aux horaires de fermeture.

PLANNING DES ACTIVITES par espace valable dès le lundi 09 mai 2022

Planning évoluant durant l'année, conformément aux conditions générales de vente.

Lundi			Mardi		Mercredi			Jeudi		
Aquatique	Fitness	Muscu	Aquatique	Muscu	Aquatique	Fitness	Muscu	Aquatique	Fitness	Muscu

					Aqua fitness 10h-10h45					
					Aqua biking 11h-11h45					

Aqua fitness 12h-12h45	Buste Bras 12h-12h30 Fessiers 12h30-13h	12h - 13h30	Body palm 12h-12h45	Equilibre Résistance 12h15-12h45		CAF 12h00 12h45	12h - 13h30	Aqua biking 12h-12h45		Circuit Machine 12h15-12h45
Aqua biking 13h-13h45	Abdos 13h-13h30		Aqua fitness 13h-13h45	12h - 13h30		Zumba 12h45-13h30		Aqua fitness 13h-13h45		12h - 13h30

+ de 80 COURS
par semaine

Small Group
BOOSTEZ votre abonnement pour la rentrée :
 Cours et coachs au **TOP!**
+ 5 €/mois



Aqua fitness 17h30-18h15			Cours enfant 17h30-18h15		Aqua-power 17h30-18h15			Cours enfant 17h30-18h15		
Aqua biking 18h30-19h15	Cross Training 18h-19h		Aqua fusion 18h30-19h	Abdos 18h-18h30 Biking 18h30-19h15	Aqua biking 18h30-19h15	Cuisses Abdos Fessiers 18h-19h		Aqua biking 18h30-19h15	Body Sculpt 18h-19h	Equilibre Résistance 18h45-19h15
Aqua biking 19h30-20h	Hïit Training 19h-20h	Functional Training 19h-19h45	Aqua fitness 19h15-20h	Biking 19h15-20h Stretching 20h-21h	Aqua biking 19h30-20h15	STEP 19h-20h	19h - 21h30	Body palm 19h30-20h15	L.I.A 19h-20h	HITT 19h45-20h15
Cours adulte 20h15-21h	Circuit Boxing 20h-21h	19h - 21h30	Swim Training 20h15-21h	18h - 21h30				Swim Training 20h15-21h	Zumba 20h-21h	

Vendredi			Samedi			Dimanche	
Aquatique	Fitness	Muscu	Aquatique	Fitness	Muscu	Aquatique	Muscu

			Aqua fitness 10h-10h45	CAF 10h-11h	HITT (halle 12) 10h00 - 11h00	Body palm 10h-10h45	10h - 13h30
			Aqua biking 11h-11h45	Body Barre 11h-12h	Equilibre Résistance 11h15 - 11h45	Aqua biking 11h-11h45	

Aqua fitness 12h-12h45	Buste Bras 12h-12h30 Fessiers 12h30-13h	12h - 13h30	Aqua power 12h-12h45	Tonic 12h-13h		Cours enfant 12h-12h45
Cours adulte 13h-13h45	Abdos 13h-13h30					

			Cours enfant 14h-14h45		11h - 18h	
			Cours enfant 15h-15h45			

Cours enfant 17h30-18h15		16h - 21h30	Cours enfant 16h-16h45		Aqua-renfo 15h-16h
			Cours enfant 17h-17h45		

Aqua fitness 18h30-19h15	Yoga dynamique 18h-19h	Abdos 18h-18h30 Biking 18h30-19h			
Aqua biking 19h30-20h15	Yoga 19h-20h				

Conditions d'accès :
 > Pièce d'un euro pour le casier
 > Port du bonnet de bain
 > Chaussures propres en fitness et musculation
 > Pièce d'identité pour accéder au site
 > Port du casque en cas d'accès à vélo et trottinette
 > Vitesse maximale 30 km/h
 > Port du masque

Légende	
	Small group sur réservation
	Ouverture salle musculation
	Cours collectifs fitness
	Académie du savoir nager - enfant
	Académie du savoir nager - adulte
	Aquabiking
	Aquafitness (dont aquapower, Aquafusion et body palm)

MON CENTRE AQUATIQUE
 Réservez et payez vos entrées piscine, cours d'aquafitness, small group et aquabike sur www.moncentreaquatique.com
 Ou flashez le QR code suivant :



Activités terrestres + aquatiques :
COMBINEZ vos envies dès 27€/mois