

INFORMATIONS PRATIQUES

TARIFS

- Gratuit pour les - 4 ans
- Entrée à partir de 2,70 € (tarif réduit) et 3,40 € (tarif plein)
- Carte piscine : 23,30 € (tarif réduit) et 31,30 € (tarif plein). Les cartes sont à durée limitée : 12 mois à partir de la date d'achat.
- Pass famille (4 personnes dont 1 adulte minimum) : à partir de 11 €
- Hammam : tarif piscine + 1,50 €
- Possibilité d'abonnements



LE FORUM DE TRÉGASTEL

- Un complexe aquatique d'eau de mer à 30°C
- Un espace détente et bien-être avec sauna, hammam...
- Un espace cardio-training et musculation

Plage du Coz-Pors
22730 Trégastel
Tél. 02 96 15 30 44
www.forumdetregastel.fr

3 ESPACES, 3 AMBIANCES

En plus de Ô Trégor, découvrez deux autres espaces pour profiter des plaisirs de l'eau sous toutes ses formes

ESPACE AQUALUDIQUE TI DOUR

- Un espace piscine
 - Bassin ludique et d'apprentissage de 350 m² à 30°C
 - Pataugeoire
 - Bassin sportif de 6 couloirs de nage de 25 m
 - Toboggan de 52 m de long
- Un espace forme
 - Salle de cardio-training/musculation
 - Cours collectifs

49 avenue de Park Nevez
22300 Lannion
Tél. 02 96 05 60 60
www.tidour.com

COMMENT VENIR ?

PENAO'S DONT ?



Piscine Ô Trégor
Rue Jarl Priel
22220 Tréguier
Tél. 02 96 92 36 31
www.lannion-tregor.com
otregor@lannion-tregor.com



Ô TRÉGOR,
FAITES UNE
P(EAU)SE!
DÉTENTE

GRIT UN DISKUIZHADENN !

TRÉGUIER

LANDREGER

BASSIN SPORTIF
4 COULOIRS DE NAGE
ESPACE EXTÉRIEUR
HAMMAM



www.tidour.com



HORAIRES D'OUVERTURE



PÉRIODE SCOLAIRE E-PAD AR BLOAVEZH-SKOL

LUNDI	12h00 - 13h15
MARDI	8h00 - 9h30 12h00 - 13h15 18h00 - 20h00
MERCREDI	10h30 - 12h00 16h30 - 19h00
JEUDI	12h00 - 13h15 17h30 - 19h00
VENDREDI	12h00 - 13h15 16h30 - 20h00
SAMEDI	10h00 - 12h45
DIMANCHE	9h00 - 12h45



JOURS FÉRIÉS
Deizioù gouel
Attention, votre piscine
Ô Trégor est fermée les
jours fériés !

VACANCES SCOLAIRES > ZONE B

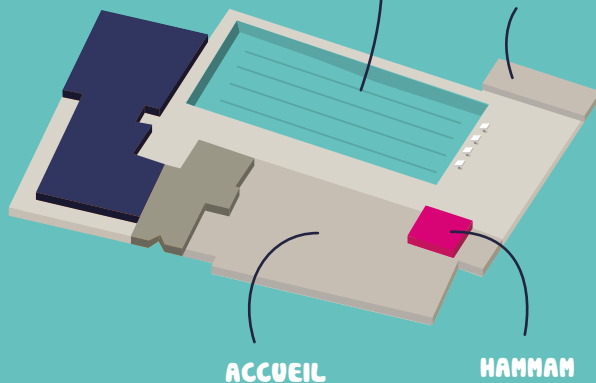
Consultez directement le site internet !



BIENVENUE! DONEMAT



BASSIN SPORTIF
de 250 m² à 28°C
avec 4 couloirs de nage
de 25 m de longueur



CONSEILS :

- N'oubliez pas votre bonnet, il est obligatoire pour profiter au mieux des plaisirs de l'eau
- Veillez à prendre obligatoirement une douche avant et après votre pratique et votre baignade
- Prévoyez un maillot de bain adapté (les shorts et bermudas sont interdits, ainsi que les paréos)



COURS DE NATATION

Tarifs : nous contacter !



ENFANTS

De la grande section à 16 ans

- > AÏSANCE AQUATIQUE
- > APPRENTISSAGE
- > PERFECTIONNEMENT
- > NATATION LOISIR

ADULTES

À partir de 16 ans

- > AQUAPHOBIE
- > APPRENTISSAGE
- > PERFECTIONNEMENT
- > ENTRAÎNEMENT



L'AQUAGYM

En plus de la piscine, profitez de notre parcours bien-être !



AQUAZEN



AQUAFITNESS

Tarifs : nous contacter !

ET AUSSI...
Aquabike en location et pratique libre !

L'ESPACE BIEN-ÊTRE

À partir de 16 ans

Idéal pour se détendre et se ressourcer, le hammam offre aussi un second souffle à votre peau. Une vraie bulle de détente !



CONTRE-INDICATIONS

Attention, le hammam est déconseillé aux femmes enceintes et aux personnes souffrant d'hypotension, d'hypertension, de maladies cardiaques ou respiratoires, d'épilepsie, en cas d'affection cutanée.