

INFORMATIONS PRATIQUES

TARIFS

- Gratuit pour les - 4 ans
- Entrée à partir de 4,10 € (tarif réduit) et 5,20 € (tarif plein)
- Dernière heure ou ½ bassin (lors des compétitions) : 3,40 €
- Carte piscine à partir de 23 € (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 18 €
- Possibilité d'abonnements



TI DOUR, C'EST AUSSI...

... un espace cardio training et musculation : une salle de sport conviviale composée d'une trentaine de machines et des cours collectifs.



LE FORUM DE TRÉGASTEL

- > Un complexe aquatique d'eau de mer
- > 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
forumdetregastel.fr

3 ESPACES, 3 AMBIANCES

En plus de Ti dour, découvrez deux autres espaces pour profiter de plaisirs de l'eau sous toutes ses formes

LA PISCINE Ô TRÉGOR

- > Un bassin sportif de 250 m²
- > Un espace extérieur
- > Un hammam

Rue Jarl Priel - 22220 Tréguier
Tél. 02 96 92 36 31
www.lannion-tregor.com

COMMENT VENIR ?

PENAO'S DONT ?



Espace aqualudique Ti dour
49 avenue de Park Nevez
22300 Lannion
Tél. 02 96 05 60 60
www.tidour.com
tidour@lannion-tregor.com



TI DOUR (EAU)SEZ!

LE GRAND PLONGEON

LAMPIT E-BARZH HARDI!



LANNION

LANNUON

BASSIN SPORTIF
BASSIN AQUALUDIQUE
TOBOGGAN
SOLARIUM
PATAUGEOIRE
ESPACE FORME (CARDIO-TRAINING, FITNESS...)



LANNION-TRÉGOR
COMMUNAUTÉ
LANNUON-TRÉGOR
KUMUNIEZH

HORAIRES D'OUVERTURE



PÉRIODE SCOLAIRE

E-PAD AR BLOAVEZH-SKOL

	BASSINS LUDIQUES	BASSIN SPORTIF
LUNDI	15h30 - 18h30	11h45 - 13h15 15h30 - 17h30
MARDI	19h15 - 21h00	11h45 - 13h15 19h15 - 21h00
MERCREDI	10h30 - 12h00 16h00 - 19h00	10h30 - 13h15 16h00 - 19h00
JEUDI	Fermé	11h45 13h15
VENDREDI	15h30 - 21h00	11h45 - 13h15 15h30 - 21h00
SAMEDI	10h30 - 12h00 14h30 - 18h00	10h30 - 12h00 15h00 - 18h00
DIMANCHE	9h30 - 12h45 14h30 - 18h00	9h30 - 12h45 14h30 - 18h00



JOURS FÉRIÉS

Deizioù gouel

Les jours fériés, votre équipement est ouvert de 9h30 à 12h45 SAUF les 1^{er} janvier, 1^{er} mai et 25 décembre.

VACANCES SCOLAIRES

> ZONE B

En période de vacances, tous les espaces sont ouverts en simultanée.



PETITES VACANCES

Hiver, Toussaint & Pâques
Vakañsoù goanv,
an Hollsent ha Pask

LUNDI	14h30 - 19h00
MARDI	12h00 - 19h00
MERCREDI	14h30 - 19h00
JEUDI	14h30 - 19h00
VENDREDI	12h00 - 19h00
SAMEDI	9h30 - 12h45 14h30 - 18h00
DIMANCHE	9h30 - 12h45 14h30 - 18h00

GRANDES VACANCES

Été & Noël
Vakañsoù an hañv
ha re Nedeleg

10h30 - 13h00 14h30 - 19h00
10h30 - 13h00 14h30 - 19h00
10h30 - 13h00 14h30 - 19h00
10h30 - 13h00 14h30 - 19h00
10h30 - 13h00 14h30 - 19h00
9h30 - 12h45 14h30 - 18h00
9h30 - 12h45 14h30 - 18h00

BIENVENUE ! DONEMAT



BASSIN LUDIQUE ET D'APPRENTISSAGE

de 350 m²

avec banquettes massantes (balnéo), rivière rapide, geysers, jets massants, col de cygne...

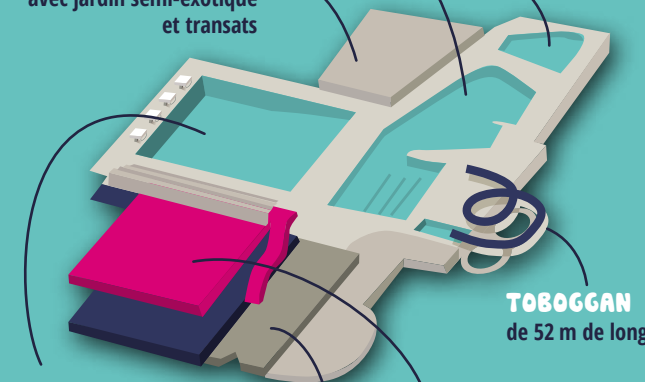
PATAUGEoire LUDIQUE

à 32°C

avec jeux aquatiques

SOLARIUM EXTÉRIEUR

avec jardin semi-exotique et transats



TOBOGGAN

de 52 m de long

BASSIN SPORTIF

de 375 m²

6 couloirs de nage de 25 m de longueur

ACCUEIL

ESPACE FORME

de 300 m²

avec espace cardio-training et espace fitness



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



ENFANTS

De la grande section à 16 ans

- > AISANCE AQUATIQUE
- > APPRENTISSAGE
- > NATATION LOISIR



ADULTES

À partir de 16 ans

- > APPRENTISSAGE
- > PERFECTIONNEMENT
- > ENTRAÎNEMENT ET NAGE AVEC PALMES



Tarifs : nous contacter !

L'AQUAGYM

DU LUNDI AU SAMEDI



GYMÉO



AQUAZEN



AQUAFITNESS



AQUABIKE



AQUATRaining



Tarifs : nous contacter !

