

PISCINE MUNICIPALE PORTES OUVERTES

SAM. 19 SEPT. 2026 | 8H-18H30

À 20H30 SOIRÉE CINÉ-PISCINE



PROGRAMME : MONTDEMARSAN.FR

GRAND BAIN

8h-10h30 : découverte natation

Entraînement et initiation aux 4 nages

9h-12h30 : découverte triathlon

Présentation du matériel, des techniques et essai de combinaisons

Entraînement combiné avec le club de natation et mini défi chrono

par le Stade Montois Triathlon

10h-12h45 : baptême de plongée

+ initiation à l'apnée

par le Nautilus Montois

11h-12h45 : natation libre

Perfectionnement adultes loisirs

Découverte entraînement BNSSA et sauvetage

par le Stade Montois Natation

12h45-14h : fermeture des bassins

14h-17h : découverte canoë-kayak

Essai et initiation kayak

Kayak polo et stand up paddle

Démonstration/initiation esquimautage

par le Stade Montois Canoë-Kayak

15h-18h30 : natation libre

16h-17h : initiation au sauvetage aquatique et aux secours à victime

par les MNS

17h-18h30 : aquagym

Par le Stade Montois Natation

par les MNS

18h30 : fermeture de la piscine

PETIT BAIN

9h15-10h : apprentissage adultes

Séance découverte « vaincre sa peur de l'eau »

par les MNS

10h-11h : Bébé nageurs

10h-10h30 : 3-24 mois

10h30-11h : 24 mois-4 ans

par les MNS

11h : gymnastique aquatique

par le Stade Montois Natation

11h : natation libre

14h-17h : découverte canoë-kayak

Essai et initiation kayak

Kayak polo et stand up paddle

Démonstration/initiation esquimautage

par le Stade Montois Canoë-Kayak

17h-18h : Animations

Jeu de la torpille, jeux collectifs avec ballons,

concours de plongeurs

par les MNS

20h30, Ciné-piscine

Astérix et Obélix : Mission Cléopâtre

Sièges flottants à disposition et bonnet de bain facultatif

10€ la séance, gratuit pour les moins de 10 ans. Sans réservation