

## ESPACE SPORTS COLLECTIFS

de 10h à 19h

### SPORTS DE RAQUETTES ET DE BALLE

Profitez des équipements qu'offre la salle multisports: terrain de basket-ball, de football, de badminton, de volley ball ou tennis de table. Également, des courts de squash pour des matchs au sommet!

	Basket	Foot en salle	Volley	Hand
1 Terrain	23,40 €	23,40 €	23,40 €	23,40 €

Tarifs pour 1 heure pour 1 groupe

	Badminton	Squash	Tennis de table
1 Court/Terrain/Table	12,80 €	12,80 €	5,80 €
5 Courts/Terrains/Tables	57,60 €	57,60 €	-
10 Courts/Terrains/Tables	115,20 €	115,20 €	-
Location de raquette	2,80 €	2,80 €	1,30 €

Accès Squash: 14 ans et + | Autorisation parentale pour les mineurs.  
Location court de squash: tarifs pour 45 min.  
Location court badminton, tennis, table ping-pong: tarifs pour 1 heure.

► Sur réservation au : +33 (0)4 79 31 43 48

### MUR D'ESCALADE

Pour s'initier ou s'entraîner à l'escalade, un mur équipé de 10 voies.

Jeunes	À partir de 4,80 €
Adultes	À partir de 5,80 €

Mur d'escalade: tarifs pour 1 heure. Accès réglementé

► Séances d'initiation : programme disponible à l'Accueil.  
Réservation préalable.

## SÉMINAIRES & ÉVÈNEMENTS

Contactez-nous pour l'organisation de vos séminaires et autres événements : location de salles, restauration, autres prestations, etc.

► Renseignements au : +33 (0)4 79 31 43 48.

### AUTRES SERVICES

Location de serviette	2,50 €
Location de peignoir adulte	6,40 €

► Distributeur d'articles de bain.

# CENTRE AQUASPORTIF

## DES SAISIES



### HIVER 2018/19



Espace aqualudique



Beauté & bien-être



Sports



**LE SIGNAL,**  
Centre aquasportif des Saisies

149, route du col LES SAISIES  
73 620 HAUTELUCE

Tél. +33 (0)4 79 31 43 48  
www.signal-lessaisies.com





S'immerger, se détendre, s'amuser, s'entraîner. Un espace pour toute la famille dédié aux plaisirs de l'eau avec banquette à bulles, jets, rivières, cols de cygne, nage à contre-courant, pataugeoire pour les tout-petits... Un programme d'activités aquatiques pour s'entretenir, se dépenser, apprendre ou progresser: cours d'aquagym, d'aquabike, cours collectifs de natation...

	1 entrée*	10 entrées**	Semaine	Saison hiver	Saison été	Annuel**
Enfants	gratuit	gratuit	gratuit	gratuit	gratuit	gratuit
Jeunes	5,30 €	47,70 €	23,80 €	75,50 €	57,90 €	117 €
Adultes	8,40 €	75,60 €	39,20 €	110,70 €	95,20 €	181,10 €
Étudiants	7,30 €	-	-	-	-	-

GROUPES						
	1 séance	5 séances	10 séances			
Jeunes	4,30 €	-	-	-	-	-
Adultes	6,90 €	-	-	-	-	-

Enfants: - de 5 ans | Jeunes: de 5 à 14 ans inclus | Adultes: 15 ans et +  
Étudiants: de 15 à 24 ans sur présentation d'un justificatif de scolarité.  
Groupes: sous conditions. Shorts de bain non autorisés.  
\*entrée immédiate pour les entrées unitaires. \*\*validité 365 jours.

Séances	1	5	10
Aquatrainig ou aquagym	4,30 €	19,40 €	38,70 €
Aquabike	6,40 €	28,80 €	57,60 €

Réservé aux + de 16 ans.

- Programme et tarifs des activités aqualudiques disponibles à l'Accueil. Réservation préalable.
- Cours privés de natation à réserver auprès des maîtres-nageurs.



## SPA, DÉTENTE

Se relaxer, se détendre, se reposer, s'apaiser, éliminer stress et toxines... Un cadre harmonieux conjuguant élégance, confort et bien-être avec saunas, hammam, jacuzzis, douches sensorielles, espace détente.

	1 entrée*	10 entrées**	Semaine	Saison hiver	Saison été	Annuel**
Adultes	18,10 €	162,90 €	74,50 €	222,30 €	142,50 €	285,00 €
GROUPES						
Adultes	14,90 €	-	-	-	-	-

Adultes: 18 ans et + | Groupes: sous conditions.  
Espace bien-être inclut l'accès à l'espace aqualudique.  
\*entrée immédiate pour les entrées unitaires. \*\*validité 365 jours.

## CENTRE DE BEAUTÉ

Prolongez ce moment d'exception et laissez-vous transporter dans une expérience sensorielle unique proposée par notre équipe de professionnelles de la beauté et du bien-être. Pour vous, Mesdames et vous, Messieurs, des soins du visage, soins corps, beauté des mains, beauté des pieds...

- Sur réservation au : +33 (0)4 79 32 32 10  
Se référer à la carte des soins.

## SOIRÉE SÉRÉNITÉ !

Après votre journée au grand air, réservez votre soirée cocooning : accès à l'espace bien-être, accueil personnalisé, ambiance tamisée... et prolongez ce moment de détente par un dîner au Restaurant le 1650.  
- **Accès espace Bien-être de 19h à 21h : 31 €.**  
Tous les mercredis, sur réservation, 18 ans et +.  
- **Accès espace Bien-être de 19h à 21h et dîner au restaurant le 1650 : 49,90 €.**  
Les mercredis hors vacances scolaires, sur réservation, 18 ans et +, places limitées. Dîner : apéritif du 1650 offert, plat et dessert au choix dans le menu, boissons en sus.



## MUSCULATION - FITNESS

Un équipement complet et de très haute technicité avec des appareils de musculation et de cardio-training: charges libres et charges guidées, tapis de course, elliptiques, vélos, rameurs, swiss ball...

	1 entrée	10 entrées	Semaine	Saison hiver	Saison été	Annuel
Adultes	14,90 €	134,10 €	63,60 €	180 €	116 €	233 €

GROUPES						
	1 séance	5 séances	10 séances			
Adultes	12,90 €	-	-	-	-	-

	1 séance	5 séances	10 séances
Séance de fitness	8,00 €	36,00 €	72,00 €

Accès musculation: 16 ans et +  
Autorisation parentale pour les mineurs

- Programme hebdomadaire de séances de Fitness disponible à l'Accueil. Réservation préalable.

## LES COMBINÉS

	Espace Aqualudique + Espace Musculation	Forfait global
Entrée adulte	20,10 €	28,50 €
Entrée groupes adultes	17,10 €	24,30 €
10 entrées adultes**	180,90 €	256,50 €
Semaine adultes	80,80 €	121,00 €
Saison hiver adultes	222,30 €	326,10 €
Saison été adultes	143,00 €	217,20 €
Annuel adultes**	283,90 €	388,00 €

Adultes : 16 ans et + | 18 ans et + pour le forfait global.  
Forfait global : espace bien-être (incluant l'aqualudique) + espace musculation.  
\*\* validité 365 jours.



## NOUVEAU - UNIQUE EN FRANCE SALLE HYPOXIQUE | Booster ses globules !

Réservée jusque-là aux sportifs de haut-niveau et aux alpinistes pour préparer les ascensions, la salle hypoxique des Saisies ouvre ses portes aux adeptes de bien-être. En recréant artificiellement les conditions d'altitude, avec un taux d'oxygène réduit, l'immersion en hypoxie pousse l'organisme à réagir pour s'adapter en stimulant les fonctions hématologiques, respiratoires et métaboliques. Un processus unique, désormais ouvert à tous, pour booster sa forme et qui procure un véritable état de bien-être.

Séance en hypoxie + accès à la salle de musculation / le matin uniquement	25,50 €	Séance en hypoxie + accès à la salle de musculation + accès à l'espace bien-être / le matin uniquement	41,00 €
---	---------	--	---------

- Sur réservation.