



SEMAPHORE MULHOUSE SUD ALSACE 7-9 rue du Moulin 68100 MULHOUSE
Tél 03.89.66.33.13 www.semaphore.asso.fr
www.reseau-informationjeunesse-alsace.fr

GYMNASTIQUE AQUATIQUE DANS LE BAS-RHIN

La gymnastique aquatique est une activité corporelle dans l'eau pour laquelle il n'est pas nécessaire de savoir nager. L'idée est de profiter de la force de l'eau, élément porteur pour entretenir sa silhouette et de se muscler en douceur. Elle peut se pratiquer à tout âge, il n'y a aucun risque de se faire du mal.

Des cours sont proposés en journée et en soirée soit par des associations soit dans le cadre de l'animation proposée directement par les maîtres nageurs, dans ce cas l'inscription se fait à la séance.

A Strasbourg (67000)

☒ Animation aquagym

Bains municipaux – 10 boulevard de la Victoire ☎ 03 88 25 17 58

Horaires :

- Aquagym 3^e âge : Le lundi de 8h30 à 10h
- Aquagym prénatale : Le lundi de 10h à 10h30
Le mercredi de 18h30 à 19h30
- Aquagym : Le mardi de 9h30 à 10h30 et de 12h30 à 13h30
Le mercredi de 12h30 à 13h30
Le jeudi de 9h30 à 10h30 et de 17h30 à 18h30

➤ Inscription à la séance.

☒ Aqua Mouv'

Contact : Mme Carole WEBER ☎ 06 12 77 64 00

Site : <http://aquamouv.free.fr>

Horaires :

- Le lundi : 17h30
- Le mardi : 12h30
- Le vendredi : 9h30
- Le samedi : 9h30

Lieu d'activité : Piscine du Free Fitness – 11 rue Wissembourg 67000 STRASBOURG

➤ Inscription au mois, au trimestre, par séance ou à l'année.

☒ Aqua Tonic

Contact: Mme Evelyne GINTER ☎ 03 88 77 85 00

Site: <http://aquatonic.strasbourg.free.fr>

Horaires :

- Le lundi : 11h35 / 17h15 et 18h10
- Le mardi : 9h / 17h15 et 18h10
- Le mercredi : 14h40 et 20h15
- Le jeudi : 18h45
- Le vendredi : 12h30 / 14h30 / 17h00 et 20h00
- Le samedi : 9h00

Lieu d'activité : Piscine de l'ABRAPA – 11 rue saint Guillaume 67000 STRASBOURG

➤ Inscription à la séance ou par abonnements

☒ ASL Robertsau

Contact : M. Patrick ROLLIN ☎ 03 88 31 65 25

Centre sportif de la Robertsau – 212 rue de la Wantzenau 67000 STRASBOURG

Site : <http://aslrobertsau.fr>

Horaire :

- Une séance par semaine le mercredi de 20h15 à 21h30

Lieu d'activité : Piscine de la Robertsau

➤ Inscription à la séance. Pour les personnes à partir de 15 ans.

☒ Association DEFOUL'GYM

Contact : Mme Christiane SCHERER ☎ 03 88 78 70 81

Horaires :

- Le lundi : 10h à 11h et de 12h30 à 13h30
- Le jeudi : 16h à 17h
- Le vendredi : 9h30 à 10h30

Lieu d'activité : Piscine de l'ABRAPA – 11 rue Saint Guillaume 67000 STRASBOURG

➤ Inscription à la séance, au trimestre ou à l'année

☒ Club Léo Lagrange

Contact : Mme Anne JOULY ☎ 03 88 81 24 31

Site : <http://leolagrange-sb.com/>

Horaires :

- Cours les mardis de 20h30 à 21h15, les mercredis de 20h à 20h45 et les vendredis de 19h30 à 20h15.

Lieu d'activité : Piscine de Schiltigheim

☒ Piscine de la Robertsau

212 route de la Wantzenau 67000 STRASBOURG

☎ 03 88 31 32 33

Horaires :

- Le mardi et le jeudi de 12h30 à 13h30

➤ Inscription à la séance. Capacité d'accueil maximum 30 personnes.

A Strasbourg (67100)

☒ Animation aquagym

☎ 03 88 55 90 55

Horaires :

- Le mardi : de 17h45 à 18h30
- Le mercredi : de 12h30 à 13h15
- Le jeudi : de 12h30 à 13h15

Lieu d'activité : Piscine de la Kibitzenau – 1 rue de la Kibitzenau 67100 STRASBOURG

➤ Inscription à la séance

☒ **SNS Société de Natation de Strasbourg**

☎ 03 88 41 81 58

Horaire :

- Le jeudi : 20h15 à 21h15

Lieu d'activité : Piscine de la Kibitzenau – 1 rue de la Kibitzenau 67100 STRASBOURG

- Inscription à l'année

A Strasbourg (67200)

☒ **Animation aquagym**

☎ 03 88 29 01 81

Horaires :

- Le mercredi de 12h à 13h et de 12h50 à 14h
- Le samedi de 8h45 à 9h45 et de 9h45 à 10h45

Lieu d'activité : Piscine de Hautepierre – Parc des Sports – rue Baden Powel 67200 STRASBOURG

- Inscription à la séance

☒ **Aqua Tonic**

Contact: Mme Evelyne GINTER ☎ 03 88 77 85 00

Site: <http://aquatonic.strasbourg.free.fr>

Horaire:

- le lundi à 12h15

Lieu d'activité: Piscine Hautepierre – Parc des Sports – rue Baden Powel 67200 STRASBOURG

- Inscription à la séance ou par abonnements

☒ **ASPTT**

Contact : Mme Marlyse MOREAU ☎ 03 88 27 16 59

Horaire :

- le jeudi de 18h55 à 19h45

Lieu d'activité : Piscine de Hautepierre – rue Baden Powel 67200 STRASBOURG

- Inscription à l'année ou à la séance

COMMUNAUTE URBAINE DE STRASBOURG

LINGOLSHEIM

☒ **Aqua Tonic**

Contact: Mme Evelyne GINTER ☎ 03 88 77 85 00

Site: <http://aquatonic.strasbourg.free.fr>

Horaire:

- le vendredi à 12h15

Lieu d'activité: Piscine – 7 rue de Normandie – 67380 LINGOLSHEIM

- Inscription à la séance ou par abonnements

SCHILTIGHEIM

☒ **Animation aquagym**

☎ 03.88.33.24.40

Horaires possibles :

- Le lundi 18h30
- Le jeudi 12h30 / 18h15 et à 19h15
- Le samedi 10h15

Lieu d'activité : Centre Nautique de Schiltigheim 9 rue de Turenne 67300 Schiltigheim

- Inscription à la séance

☒ Aqua Tonic

Evelyne GINTER ☎ 03.88.77.85.00

Site: <http://aquatonic.strasbourg.free.fr>

Horaires possibles :

- Le lundi à 20h30
- Le mardi à 12h30
- Le vendredi à 20h15

Lieu d'activité : Centre Nautique de Schiltigheim 9 rue de Turenne 67300 Schiltigheim

➤ Inscription à la séance ou par abonnements

☒ Club Léo Lagrange

☎ 03.88.81.24.31

Leolagrange.sb@orange.fr

Lieu d'activité : Centre Nautique de Schiltigheim 9 rue de Turenne 67300 Schiltigheim

➤ Aquastep, aquaforme

AUTRES VILLES DU DEPARTEMENT

☒ Piscine de Drusenheim

Rue de Dalhunden – 67410 DRUSENHEIM

☎ 03 88 53 31 70

Horaires :

- Le mercredi de 18h45 à 19h30
- Le jeudi de 18h45 à 19h30

➤ Inscription à la séance ou par abonnements

☒ Nautiland

8 rue des Dominicains 67500 HAGUENAU

☎ 03 88 90 56 56

Horaires :

- Le lundi, mardi, jeudi et vendredi : une séance toutes les heures de 14h à 19h
- Le mercredi : 19h
- Le samedi : 11h
- Le dimanche : séances de 10h à 11h

Lieu d'activité : 8 rue des Dominicains

➤ Inscription à la séance

☒ L'Océanide

10 rue du Centre Nautique – Colline aux jardins – 67700 SAVERNE

☎ 03 88 02 52 80

Horaires :

- Aqua Cardio : Le mardi à 19h15
Le samedi à 10h15
- Aqua Fitnessse : Le lundi à 19h15
Le jeudi à 19h15
- Aqua cool Le samedi à 9h15

➤ Inscription à la séance ou par abonnements

Liste non exhaustive...