

FORMULAIRE PRÉ-INSCRIPTION ADULTE 2026/2027

(Une fiche par personne)

NOM : PRÉNOM : DATE DE NAISSANCE :

ADRESSE : CP : VILLE :

MAIL : TELEPHONE :

Les activités et cours d'aquagym permettent de pratiquer une activité physique dans un milieu sécurisé, adapté aux attentes individuelles sans contrainte de pesanteur (contenu : échauffement, travail avec ou sans matériel, relaxation).

- Chaque séance a une durée de 45 minutes, chaque trimestre correspondant à **10 séances**.
- Pas de séances pendant les vacances scolaires de la zone B. Ni jour férié.
- Votre inscription n'inclut pas l'accès au bassin avant ou après le cours, l'inscription est personnelle et ne peut en aucun cas être cédée à un tiers.
- Le port du bonnet de bain est obligatoire, ainsi que la douche savonnée avant l'activité.

COURS NATATION

À cocher

AQUAPHOBIE	Familiarisation au milieu aquatique	mercredi	09h15 > 10h00	6 places	83€	
DEBUTANT	Apprentissage en petite profondeur	lundi	18h00 > 18h45	8 places		
PROLONGATION	Apprentissage de 3 nages crawl, brasse, dos	mercredi	9h15 > 10h00	8 places		
PERFECTIONNEMENT NIVEAU 2	Perfectionnement dans les 4 nages	mardi	19h > 19h45	20 places		
PERFECTIONNEMENT NIVEAU 1	Perfectionnement dans les 4 nages	lundi	19h15 > 20h00	21 places		
NAGE PALMES/ MONOPALME	Nage avec palmes ou monopalme	mercredi	19h > 19h45	24 places		

COURS AQUAGYM

Numéroter les activités choisies par ordre de préférence

AQUA' DOUCE	Rythme modéré et adapté sur fond musical	mercredi	10h15 > 11h00	20 places	83€	
AQUA' TONIQUE	Rythme avec intensité sur fond musical	mardi	12h45 > 13h30	40 places		
		mercredi	11h15 > 12h00	40 places		
		jeudi	12h45 > 13h30	40 places		
		vendredi	11h15 > 12h00	40 places		
AQUA' MIX	Rythme avec intensité sur des morceaux de musique	mardi	20h00 > 20h45	40 places	88€	
AQUA' BIKE training	Rythme avec intensité sur de multiples ateliers sur des morceaux de musiques	mercredi	19h > 19h45	18 places	88€	
		vendredi	13h30 > 14h15	18 places	88€	
AQUA' SANTÉ	Rythme modéré, renforcement articulaire et musculaire	mardi	19h > 19h45	10 places	83€	

RÉSERVÉ À L'ADMINISTRATION :

DOSSIER REÇU LE À

DOSSIER VALIDÉ
PAR

ACTIVITES ET COURS NATATION ADULTES

CONDITIONS D'INSCRIPTIONS - SEPTEMBRE 2026

Comment s'inscrire ?

Rendez-vous sur :

www.guingamp-paimpol-agglo.bzh > Piscine Islandia -Paimpol

1- Télécharger document

Document : Formulaire de pré-inscription adulte
 Questionnaire santé

2- Test d'évaluation pour les cours de natation

Un test d'évaluation doit être effectué à la piscine de Paimpol au préalable de votre dossier de pré-inscription. Le document qui vous sera remis au terme de l'évaluation devra être joint pour que votre dossier soit complet.

3- Renseigner les documents

S'assurer de bien renseigner tous les champs en lettres capitales. Indiquer le ou les créneaux souhaités avec un ordre de préférence.

Renseigner le questionnaire santé.

4- Retourner tous les documents demandés par mail

L'adresse est la suivante : Inscription.piscine.paimpol@guingamp-paimpol.bzh
Formulaire de pré-inscription + questionnaire santé + test d'évaluation (si besoin)

5- Confirmation de votre inscription

- Un mail de confirmation pour votre inscription vous sera envoyé par mail
- Votre règlement validera définitivement votre inscription.
- Votre règlement devra être effectué à partir du 06/07/2025 jusqu'au 31/08/2026. Au-delà de cette date, l'inscription sera proposée à une personne de la liste d'attente.
- Il vous sera demandé d'acquiescer une carte support, qui devient votre propriété et vous permettra d'accéder au créneau à chaque séance (passage au tripode d'accès aux vestiaires, pointage automatique). Les cartes acquises l'année passée sont réutilisables

ATTENTION : seuls les dossiers complets seront traités. Les dossiers sont traités par ordre d'arrivée.

1^{er} trimestre du 7 septembre au 27 novembre 2026

2^{ème} trimestre du 30 novembre au 12 mars 2027

3^{ème} trimestre du 15 mars au 04 juin 2027

Rattrapages des jours fériés :

- Mercredi 11 novembre 2026 rattrapé le mercredi 9 juin 2027
- lundi 29 mars 2027 rattrapé le lundi 7 juin 2027
- Jeudi 6 mai 2027 rattrapé le jeudi 10 juin 2027
- Lundi 17 mai 2027 rattrapé le lundi 14 juin 2027

ACTIVITE SPORT/SANTE
QUESTIONNAIRE DE SANTE

NOM :

PRENOM :

Durant les douze derniers mois

1. Un membre de votre famille est-il décédé subitement d'une cause cardiaque ou inexpliquée ?
2. Avez-vous ressenti une douleur dans la poitrine, des palpitations, un essoufflement inhabituel ou un malaise ?
3. Avez-vous eu un épisode de respiration sifflante ? (Asthme)
4. Avez-vous eu une perte de connaissance ?
5. Si vous avez arrêté le sport pendant 30 jours ou plus pour des raisons de santé, avez-vous repris sans l'accord d'un médecin ?
6. Avez-vous débuté un traitement médical de longue durée (Hors contraception et désensibilisation Aux allergies)

A ce jour

7. Ressentez-vous une douleur, un manque de force ou une raideur suite à un problème osseux, articulaire ou musculaire (fracture, entorse, luxation, déchirure, tendinite) ?
8. Votre pratique sportive est-elle interrompue pour des raisons de santé ?
9. Pensez-vous avoir besoin d'un avis médical pour poursuivre votre activité sportive ?

Si vous avez répondu NON à toutes les questions :

Pas de certificat médical à fournir

Si vous avez répondu oui à une ou plusieurs questions : certificat médical à fournir.

Consultez un médecin et présentez-lui ce questionnaire renseigné

DATE :

SIGNATURE :

Décret n° 20161157 du 24 août 2016 relatif au certificat médical attestant de l'absence de contre-indication à la pratique du sport

Arrêté du 20 Avril 2017 relatif au questionnaire de santé exigé pour le renouvellement d'une licence sportive

Règlement Inscriptions aux cours et activités des équipements aquatiques

Règlement de l'Agglomération Guingamp-Paimpol

ARTICLE 1^{ER} : APPLICATION

Le règlement des activités et cours s'applique aux cours de natation adultes et enfants, ainsi qu'à toutes les activités aquagym proposées dans les établissements aquatiques de l'agglomération Guingamp Paimpol.

ARTICLE 2 : ACCES

Nul ne peut accéder aux cours ou aux activités sans remplir les conditions fixées au présent règlement et avoir notamment acquitté, à la caisse, un droit d'accès au créneau ou exceptionnellement présenté une autorisation de la direction.

ARTICLE 3 : TARIFICATION

Les tarifs sont fixés par délibération du conseil d'agglomération Guingamp-Paimpol et sont affichés à l'attention des usagers. La personne devra faire l'acquisition d'une carte support au tarif en vigueur à la date de l'achat. Cette carte est nominative et devient la propriété de l'acquéreur.

ARTICLE 4 : TENUE, HYGIENE

Seuls les maillots de bain sont acceptés, le port du bonnet de bain est obligatoire.
Les shorts de bain, les maillots et tenues couvrants ne sont pas autorisés dans l'établissement.

Dans le cas de port de claquettes, celles-ci doivent être réservées exclusivement à l'utilisation à la piscine.

La douche savonnée est obligatoire avant l'accès aux bassins.

ARTICLE 5 : HORAIRES

Les horaires sont définis préalablement à l'inscription à l'activité, ils peuvent être amenés à être modifiés d'une année sur l'autre.

ARTICLE 6 : PERIODES D'ACTIVITE

De septembre à juin, trois périodes sont planifiées. Elles correspondent à 10 séances par périodes.

Ce sont des inscriptions à un créneau hebdomadaire en dehors des vacances scolaires.

ARTICLE 7 : ACCUEIL DES USAGERS

L'acceptation des inscriptions à ces activités est soumise à la constitution d'un dossier spécifique.

L'inscription s'effectue selon un protocole précis et consultable à l'accueil de la piscine.

- Un test est obligatoire pour les enfants avant leur inscription.
- Une consultation auprès d'un médecin est recommandée avant toute pratique sportive.
- Un questionnaire de santé est à renseigner

Le règlement de la totalité de l'activité devra être effectif à l'inscription, au plus tard à la première séance.

Toute personne dont la situation ne respecte pas ces différents points se verra refuser l'accès à l'activité.

L'accès aux vestiaires collectifs ou individuels est autorisé 10 minutes avant le début des cours.

ARTICLE 8 : EN CAS DE FERMETURE

Dans le cas d'une fermeture dû à un arrêt technique, tout sera mis en œuvre pour que le ou les cours soient rattrapés.

ARTICLE 9 : EN CAS D'ABSENCE

1- Cours de natation enfants ou adultes :

Sur présentation d'un certificat médical, proposition de rattrapage.

Chaque situation sera traité individuellement en fonction du temps d'absence, du niveau de l'enfant et de l'évolution des groupes.

L'objectif principal est de permettre l'apprentissage de la natation aux enfants dans des conditions favorables.

2- Activités adultes (aquagym):

En cas d'absence à un créneau, le cours ne pourra être récupéré, pour un cours manqué la personne se verra créditée de une entrées d'accès à l'établissement sur les ouvertures publiques ainsi que la possibilité de profiter d'une location aqua bike.

Un cours manqué = 1 entrées public + location aqua bike de 30 mn (*valable 1 ans à partir de la séance manquée*)

ARTICLE 11 : REMBOURSEMENT

Aucune demande de remboursement ne pourra être prise en compte, sauf cas dûment justifié demeurant à l'appréciation de l'agglomération.

Fait, le

Signature :

Pour Guingamp-Paimpol Agglomération
Le Président,
Vincent LE MEAUX