

PLONGEZ, NAGEZ, PROFITEZ

**PALMILUD**  
PÉRIGNY

# PALMILUD EN FÊTE

**GRATUIT**

**Samedi 20 juin | 13h15-18h**

**Piscine de Palmilud, Périgny**

**FÊTONS ENSEMBLE LA FIN DE LA SAISON SPORTIVE !**

## ESPACE / ZONE

## HORAIRES & ACTIVITÉS

## INFORMATIONS PRATIQUES

### BASSIN DE LOISIRS

**13h15 - 18h00** : Parcours aquatique idéal pour les enfants.  
Équilibres et glissades garantis !

Accès libre en continu.  
Enfants sous la responsabilité des parents.

### BASSIN EXTÉRIEUR

**13h30 - 14h00** : Aquabike - Session 1 Cardio et dynamisme en musique.

**14h15 - 14h45** : Aquabike - Session 2 Cardio et dynamisme en musique.

**15h15 - 16h15** : Initiation au Water-Polo, proposé par les Canards Rochelais

**16h45 - 17h15** : Aquagym Géant. Le grand rassemblement de fin d'année !

**16h30 - 18h** : Baignade libre, Détente au soleil, (espace réduit pendant l'aquagym).

Water-polo : Dès 10 ans.  
Aquagym : découverte possible à partir de 16 ans  
Baignade libre : enfants sous la responsabilité des parents

### BASSIN DE NATATION

**13h30 - 15h30** : Propulseurs subaquatiques. Parcours ludique unique à l'aide de scooters sous-marins !

**16h00 - 18h00** : Baignade libre. Couloirs de nage disponibles pour les sportifs.

Propulseurs :  
Dès 8 ans.  
les enfants doivent être accompagnés d'un adulte

### DANS LE PARC

**14h15 - 15h00** : Session Pilates. Détente, posture et renforcement musculaire sur l'herbe

**13h15 - 18h00** : Jeux en accès libre. Pétanque, palet, mölkky, football, volleyball, tennis de table.

Pilates : Pensez à votre tapis  
Prêt de matériel sur place possible