

VOTRE CARTE MY TIGNES

Your My Tignes card



Votre carte My Tignes vous donne accès* à la piscine !



CARTE	3 jour day	1 entrée piscine / swim
	6 jours days	2 entrée piscine / swims
	12 jours days	4 entrée piscine / swims

*Pendant la période de validité de la carte My Tignes / *During the period of validity of the My Tignes Open card only



LES FORMULES

Packages

PACK ADULTE FITNESS & PISCINE*

Adult Fitness & Swimming Pool Pass*

1 entrée Fitness + 1 entrée Piscine
1 Fitness Session + 1 Swim

1 ENTRÉE / admission	13.20€
1 SEMAINE** / week**	55€
10 ENTRÉES** / admissions**	110€
GROUPES*** / Group price***	9.90€

PACK ADULTE LAGON*

All-inclusive Adult Pass*

Piscine + 1h30 Espace Bien-Être
+ 1 entrée Fitness
Swim + 1.5 hr Wellness Session + 1 Fitness Session

1 ENTRÉE / admission	24.20€
1 SEMAINE** / week**	83.60€
10 ENTRÉES** / admissions**	187€
GROUPES*** / Group price***	21.45€

* A partir de 16 ans sur présentation obligatoire d'une pièce d'identité / From age 16, proof of age is compulsory.
** Achat du support rechargeable 1€ / Rechargeable card costs €1.
*** Le tarif groupe s'applique à partir de 12 personnes / Group price is available for a minimum of 12 people.

HORAIRES D'OUVERTURE

OPENING HOURS

DU 22 JUIN AU 1^{ER} SEPTEMBRE 2019

Ouvert tous les jours
Du dimanche au vendredi
De 11h à 20h30*

Le samedi
De 14h à 19h30**

From 22nd June to 1st September 2019

Open everyday
From Sunday to Friday
11.00am to 8.30pm*

Saturday
2.00pm to 7.30pm**

*Dernière entrée à 19h45 – Évacuation à 20h15
Last admission at 7.45pm – Return to changing rooms at 8.15pm

**Dernière entrée à 18h45 – Évacuation à 19h15
Last admission at 6.45pm – Return to changing rooms at 7.15pm

LE LAGON

Été / Summer 2019



Tignes.net | +33 4 79 40 29 95



L'APPLICATION

TIGNES

100% SERVICE,
100% PRATIQUE !

100% usefull, 100% practical!



Téléchargez la !
Download it!



ESPACE BIEN-ÊTRE

Wellness centre

Jacuzzis, saunas, hammam, douches thématiques et tisanderie vous sont proposés dans l'espace bien-être du Lagon.

OFFREZ-VOUS UNE SÉANCE DE DÉTENTE !

Wellness centre featuring whirlpool baths, steam room, hot tubs and recreational showers.

1h30 à l'espace bien-être + un accès piscine
1.5hr session in the Wellness centre + 1 swim

	Adulte* / adult* (+16)	Groupes / group***
1 entrée / admission	17.50€	16.50€
1 semaine** / week**	61.50€	
10 entrées** / admissions**	130€	

Bon plan / Good to know

Vous avez déjà votre entrée piscine ? Pensez à l'extension Wellness !
Already have admission to the swimming pool? Why not upgrade it to include the Wellness area ?

12.50€

PISCINE

Swimming pool

Le Lagon vous propose une piscine de 25m, un bassin ludique, un toboggan 3 pistes, une pataugeoire et des cours collectifs.

Le Lagon includes a 25-metre swimming pool, a play pool with a 3-lane water slide, a children's padding pool and offers lessons.

	Adulte / Adult (+14)	Enfant / Child (5-13)	Groupes / Groups***
1 entrée / swim	5.50€	4.50€	4€
1 semaine** / week**	22€	18€	
10 entrées** / swims**	42€		

ESPACE FITNESS

Fitness training

Le Lagon met à votre disposition un espace sportif doté d'une salle de musculation, de fitness et de nombreux cours collectifs.

Sports complex featuring a fitness centre, weight-training area equipped with state-of-the-art workout equipment and offering a variety of exercise classes.

1 entrée à l'espace fitness et musculation / 1 session in the fitness and weight-training areas

	Adulte* / Adult* (+16)	Groupes / Groups***
1 entrée / admission	9.90€	6.60€
1 semaine** / week**	39.60€	
10 entrées** / admissions**	79.20€	

* A partir de 16 ans sur présentation obligatoire d'une pièce d'identité / From age 16, proof of age is compulsory. ** Achat du support rechargeable 1€ / Rechargeable card costs €1. *** Le tarif groupe s'applique à partir de 12 personnes / Group price is available for a minimum of 12 people.

Animations aquatiques / Aqua classes

	Lundi / Monday	Mardi / Tuesday	Mercredi / Wednesday	Jeudi / Thursday	Vendredi / Friday	Samedi / Saturday	Dimanche / Sunday
11:00							Bébés Nageurs
12:30	Aqua Bike (payant / with charge)	Aqua Gym		Aqua Gym	Aqua Bike (payant / with charge)		
18:00		Aqua Gym	Aqua Bike (payant / with charge)	Aqua Gym			Aqua Gym

AQUAGYM : Différentes activités aquatiques permettant de stimuler la circulation, travailler le cardiovasculaire, l'endurance et de renforcer les muscles en douceur.

AQUA GYM : Various aquatic activities to stimulate circulation, work on cardiovascular and gently strengthen muscles.

AQUA BIKE : Activité rythmée consistant à pédaler dans l'eau avec une sensation de bien-être.

AQUA BIKE : Rhythmic class of pedaling in the water creating a feeling of well-being.

BÉBÉ NAGEURS : Découverte ludique du milieu aquatique pour les enfants de 3 mois à 6 ans. Mise à disposition du matériel pédagogique, conseils personnalisés par les maîtres-nageurs.

BABY SWIM : Playful discovery in a watery environment for children aged between 3 months and 6 years. Fun and educational equipment available and personalized advice by a lifeguard.

Cours de Fitness / Exercise classes

	Lundi / Monday	Mardi / Tuesday	Mercredi / Wednesday	Jeudi / Thursday	Vendredi / Friday	Samedi / Saturday	Dimanche / Sunday
12:45	C.A.F.	Cross Training	Body Barre	Bike	Cross Training		
18:15	Bike	Body Barre	C.A.F	Suspension Training	Bike	Cross Training	Stretching
19:00	Cross Training	Stretching	Bike	Body Ball	C.A.F		Body Barre

BIKE : Activité cardiovasculaire en musique sur un vélo adapté.
SPINNING : A fast paced cardio class on a spin bike, with music to motivate you.

CROSS TRAINING : Enchaînement d'exercices de renforcement musculaires essentiellement des abdominaux et du haut du corps.
CROSS TRAINING : A circuit of cardio and resistance exercises (for exemple : squats, jumps, tapping).

SUSPENSION TRAINING : Activité de renforcement musculaire général utilisant des sangles spécifiques accrochées au plafond.
SUSPENSION TRAINING : General muscle strengthening exercises using adjustable straps.

BODY BARRE : Activité de renforcement musculaire de tout le corps, en musique et avec des barres et des poids.
BODY BARRE : Strengthen all the muscles of your body using weights bars. A class set to music.

C.A.F : Activité de renforcement musculaire ciblé sur les cuisses, abdominaux et fessiers.
LEGS, BUMS AND TUMS : A muscle strengthening class set to music, targeting thighs, buttocks and abs.

BODY BALL : Activité de renforcement général et de proprioception d'intensité modérée avec des gros ballons adaptés.
BODY BALL : Strengthen all the muscles of your body using balls and weights bars.

STRETCHING : Activité de relaxation et d'étirements musculaires.
STRETCHING : Relaxation class and muscle stretching.