

Séances

# à AquaPhobie



## Horaires

mardi : 15h15-16h

jeudi : 15h15-16h

## Tarifs

		Extérieur
	Vallée dorée	Vallée dorée
au trimestre (hors vacances scolaires)	70 €	80 €

## Vaincre l'AquaPhobie!

Les raisons d'**avoir peur de l'eau** sont nombreuses, et appartiennent à l'histoire et à l'expérience de chacun.

Il existe différents degrés d'**aquaphobie** : de la peur de l'eau dans toutes ses formes (pluies, éclaboussures, cascades...) au sentiment bien plus fréquent d'insécurité de se retrouver dans un milieu aquatique où l'on n'a pas pied.



**Les séances d'aquaphobie** se destinent principalement aux personnes qui sont attirées par l'eau et qui ont **envie** de pouvoir nager sereinement.

**En groupe restreint**, vous apprendrez à "apprivoiser" l'eau **à votre rythme**, en commençant par (re)voir les techniques de respiration, d'immersion et de flottaison. **Rejoignez-nous !**

## Renseignements :

Piscine la Vallée dorée  
Avenue du G<sup>al</sup> de Gaulle  
60 140 Liancourt  
03 44 73 86 35

[www.ccl-valleedoree.fr](http://www.ccl-valleedoree.fr)



[www.ccl-valleedoree.fr](http://www.ccl-valleedoree.fr)

BAILLEVAL • CAUFFRY • LABRUYÈRE • LAIGNEVILLE • LIANCOURT • MOGNEVILLE • MONCHY SAINT-ÉLOI • RANTIGNY • ROSOY • VERDERONNE