



Ti Dour

Espace aqualudique
Lannion

Bassin sportif
Bassin aqualudique
Toboggan
Pataugeoire
Espace forme

Osez
le grand
plongeon !

Lampit e-barzh hardi !

**Ti
Dour**



Bienvenue !

Degemer mat !

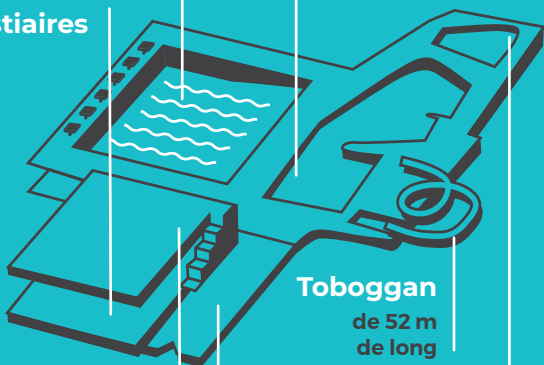
Bassin sportif

de 375 m²,
6 couloirs de
nage de 25 m
de longueur

Bassin ludique et d'apprentissage

de 350 m² avec
banquettes massantes
(balnéo), rivière rapide,
geysers, jets massants,
col de cygne...

Vestiaires



Toboggan

de 52 m
de long

Accueil

Espace forme

de 300 m²
avec espace
cardio-training
et espace fitness

Pataugeoire ludique

à 32°C avec
jeux aquatiques

Conseils

- > **N'oubliez pas votre bonnet**, il est obligatoire pour profiter au mieux des plaisirs de l'eau
- > **Veillez à prendre obligatoirement une douche avant et après** votre pratique sportive ou votre baignade
- > **Prévoyez un maillot de bain adapté** (les shorts et bermudas sont interdits, ainsi que les paréos)





Cours de natation



Enfants

De la grande section à 16 ans

- > Aisance aquatique
- > Apprentissage
- > Natation loisir

Adultes

À partir de 16 ans

- > Apprentissage
- > Perfectionnement
- > Entraînement et nage avec palmes



Aquagym

Du lundi au samedi...



> Gyméo



> Aquazen



> Aquafitness



> Aquabike



> Aquatraining

Espace Forme

Ti Dour, c'est aussi...

- > un espace cardio training et musculation : une salle de sport conviviale composée d'une trentaine de machines, et des cours collectifs.





**3 espaces
3 ambiances**

En plus
de Ti Dour,
découvrez
deux autres
espaces pour
profiter des
plaisirs de
l'eau sous
toutes ses
formes !



+ d'infos sur
notre site !



Forum

Complexe aquatique
Trégastel

- Un complexe aquatique d'eau de mer
- Un espace détente et bien-être avec sauna, hammam...
- Un espace cardio-training et musculation

Plage du Coz-Pors
22730 Trégastel
Tél. 02 96 15 30 44
forumdetregastel.fr



Ô Trégor

Espace aquatique
Tréguier

- Un bassin sportif de 250 m²
- Un espace extérieur
- Un hammam

Rue Jarl Priel
22220 Tréguier
Tél. 02 96 92 36 31
piscines.lannion-tregor.com

Espace aqualudique Ti Dour

49 avenue de Park Nevez | 22300 Lannion
Tél. 02 96 05 60 60 | tidour@lannion-tregor.com
www.tidour.com
Suivez-nous sur Facebook