



ESPACE LOISIRS



LUGE & SKI PARK



ESPACE NORDIQUE





CENTRE AQUATIQUE



Situé dans l'Espace Loisirs, le centre aquatique vous offre : piscine à vagues, toboggans, pataugeoires, bassins intérieur et extérieur, lâché de ballons et un snack en été. Découvrez le nouveau planning de cours enfants et d'activités adultes. Informations en caisse.

TARIFS

ADULTE	UNITÉ	TRIM.	ANNUEL	PASS ÉTÉ / HIVER*
Piscine	8 €		252 €	70 €
Aquafitness	14 €	95 €	378 €	
Pisc. + cours		120 €	456 €	
ENFANT (-12 ANS)				
Piscine	6 €		130 €	60 €
Cours		100 €	300 €	

*Infos en caisse

Gratuit pour les moins de 5 ans.

Tarif Tribu : pour tout groupe constitué de 3 à 5 personnes (minimum 1 adulte et 1 enfant de + de 5 ans), bénéficiez du tarif réduit à 4 € 50 pour l'entrée des enfants.

Support rechargeable : 3 €

Boutique : maillots de bain, serviettes...

Bonnet de bain obligatoire en vente sur place.

Shorts de bain et poussettes interdits au bassin.

Vagues toutes les heures dès 11h15.

NOUVEAUTÉ

Achetez en ligne vos entrées sur pass.villarddelans.com !

Infos et tarifs complémentaires : espaceloisirs@villarddelans.com
Tél 04 76 95 50 12 - www.villarddelans.com

OUVERTURE HORAIRES ET PÉRIODES



Fermetures annuelles du 28 nov. au 11 déc. 2022 et du 9 mai au 9 juin 2023

HORS VACANCES PRINTEMPS, AUTOMNE

7 nov. 27 nov. 12 déc. 16 déc.

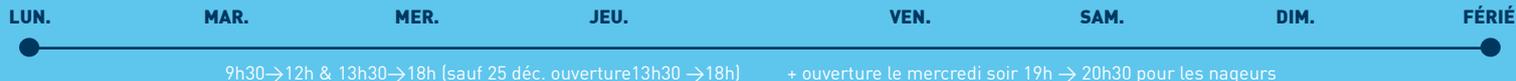
6 mars 7 avr.

10 juin 30 juin**



VACANCES NOËL, HIVER, PÂQUES

17 déc. 2 janv. 4 fév. 5 mars 8 avr. 8 mai



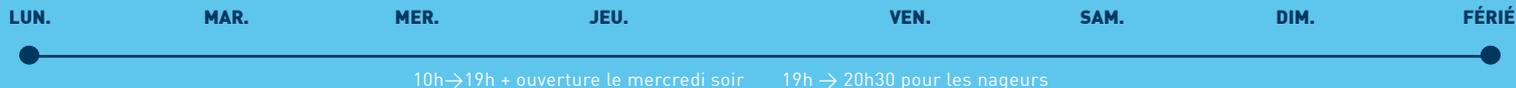
HORS VACANCES HIVER

3 janvier 3 février



VACANCES ÉTÉ

1^{er} juillet 3 septembre*



*Ouverture du bassin extérieur les week-ends de juin et tous les jours du 1^{er} juil. au 3 sept. (sous réserve).

**Les informations présentes dans ce calendrier peuvent être soumises à modification.



PLANNING COURS ENFANTS &

ACTIVITÉS ADULTES VALABLE JUSQU'AU 03/09/23

LUNDI

12H15 → 13H*
AQUABIKE ++

17H30 → 18H15*
ÉCOLE DE
NATATION

18H15 → 19H*
ÉCOLE DE
NATATION

18H20 → 19H20*
JEUNE
SAUVETEUR

19H15 → 20H
AQUA
TRAINING

MARDI

12H15 → 13H*
AQUATRaining

17H30 → 18H15*
ÉCOLE DE
NATATION

MERCREDI

12H15 → 13H*
AQUABIKE ++

18H15 → 19H*
ÉCOLE DE
NATATION

JEUDI

12H15 → 13H*
AQUAGYM
SENIOR

17H30 → 18H15*
ÉCOLE DE
NATATION

18H30 → 19H15*
ÉCOLE DE
NATATION

18H30 → 19H15*
AQUATONIC

19H30 → 20H15
AQUABIKE +++

VENDREDI

12H15 → 13H*
AQUABIKE +

SAMEDI

8H45 → 9H30
AQUAGYM

* Ne fonctionne pas durant les vacances d'été

ACTIVITÉS ADULTES

Réservation sur <https://espaceloisirs.office-villard-de-lans.fr> ou au 04 76 95 50 12
Pas d'activités les jours fériés.

- Aquabike +** (niveau : intensité 1) - Pédalez en musique, sur un vélo immergé.
- Aquabike ++** (niveau : intensité 2) - Le plaisir de pédaler sur un vélo immergé au fil de l'intensité musicale.
- Aquabike +++** (niveau : intensité 3) - Le plaisir de pédaler sur un vélo immergé en musique avec un max d'intensité.
- Aquatrainig** - Circuit training aquatique sur des ateliers avec une musique dynamique.
- Aquagym** - Mouvements dans l'eau en musique pour développer le tonus musculaire, l'endurance et l'équilibre.
- Aquatonic** - Aquagym dynamique avec support musical.

COURS ENFANTS

Début des cours enfants le 12 septembre 2022. Inscription et journée test, voir à la caisse de l'espace loisirs ou au 04 76 95 50 12.

Uniquement hors vacances scolaires. Cours enfants maintenus les jours fériés.

- École de natation** - Permettre à l'enfant (5-10 ans) d'évoluer en autonomie et en sécurité dans le milieu aquatique.
- Jeune sauveteur** - Pour les adolescents, développement des techniques de natation et de sauvetage tout en renforçant des valeurs morales (respect, confiance en soi, coopération...).



PATINOIRE



Située dans l'Espace Loisirs, vivez des moments inoubliables à la patinoire couverte : initiation au patin, match de hockey, gala de patinage, animations...

TARIFS

	UNITÉ	HEBDO.	TRIM.	ANNUEL
Adulte	6 €	38 €	66 €	252 €
Enfant (-12 ans)	4.50 €	28.50 €	57 €	130 €

Gratuit pour les moins de 5 ans.

Tarif Tribu : pour tout groupe constitué de 3 à 5 personnes (minimum 1 adulte et 1 enfant de + de 5 ans), bénéficiez du tarif réduit à 3 € pour l'entrée des enfants.

Casque : 1 €

Gratuit pour les moins de 5 ans.

Location patins : 1 €

Prêt de petites luges pour les moins de 5 ans.

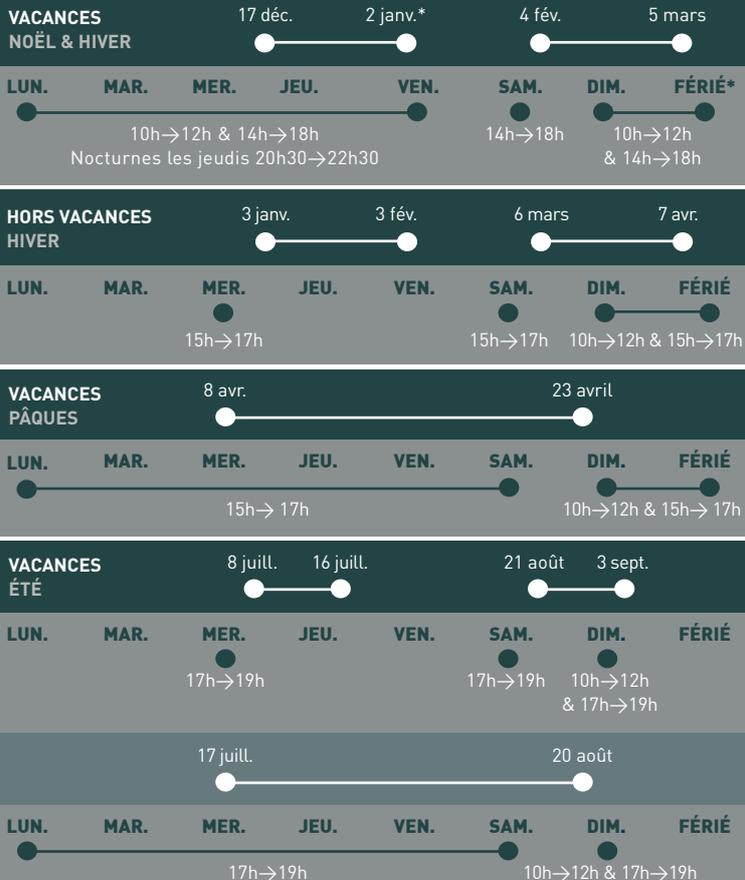


Pour passer un bon moment n'oubliez pas ton casque, tes gants et des vêtements chauds.

Infos et tarifs complémentaires : espaceloisirs@villarddelans.com
Tél 04 76 95 50 12 - www.villarddelans.com

OUVERTURE HORAIRES ET PÉRIODES

Fermeture annuelle du 24 avril au 7 juillet 2023



*Fermé le matin du 25 déc. (ouverture 14h→18h).

**Les informations présentes dans ce calendrier peuvent être soumises à modification.



ESPACE FORME

Au cœur de l'Espace Loisirs, venez retrouver endurance et vitalité. À votre disposition : matériel complet de musculation, programme personnalisé, cours collectifs très variés...

TARIFS

	UNITÉ	MENS.	TRIM.	ANNUEL
Cours fitness + musculation	15 €	38 €	110 €	420 €

À partir de 16 ans - Support rechargeable : 3 €



NOUVEAUTÉ

Achetez en ligne vos séances sur
pass.villarddelans.com !

NOUVEAUTÉ

Venez découvrir
le nouveau matériel !

Infos et tarifs complémentaires : espaceloisirs@villarddelans.com
Tél 04 76 95 50 12 - www.villarddelans.com

OUVERTURE HORAIRES ET PÉRIODES



Fermetures annuelles du 5 au 11 décembre 2022 et du 13 au 28 mai 2023

VACANCES HIVER, PÂQUES

17 déc.

2 janv.*

4 fév.

5 mars

8 avr.

7 mai

LUN.

MAR.

MER.

JEU.

VEN.

SAM.

DIM.

FÉRIÉ

9h30→20h

9h30→12h & 14h→20h

9h30 → 20h

9h30→12h & 13h30→18h

HORS VACANCES

12 déc.

16 déc.

3 janv.

3 fév.

6 mars

7 avr.

8 mai

12 mai

29 mai

2 juill.

LUN.

MAR.

MER.

JEU.

VEN.

SAM.

DIM.

FÉRIÉ

12h→20h

9h30→12h & 14h→20h

12h → 20h

9h30→12h & 13h30→18h

VACANCES ÉTÉ

3 juillet

3 septembre

LUN.

MAR.

MER.

JEU.

VEN.

SAM.

DIM.

FÉRIÉ

9h30→12h & 14h→20h

9h30→12h & 14h→19h

Dimanches et jours fériés ouverture en accès libre (pour les abonnés uniquement).

*Fermé le 25 matin (ouverture 13h30 → 18h pour les abonnés uniquement).

**Les informations présentes dans ce calendrier peuvent être soumises à modification.



LUNDI

12H30 → 13H15
CROSS TRAINING*

14H → 14H45
BODY SCULPT

14H45 → 15H30
STRETCHING

17H30 → 18H15
STEP NIVEAU2

18H15 → 19H
BODY BARRE

19H → 20H
YOGA

MARDI

9H30 → 10H30
PILATES INITIÉ

10H30 → 11H30
PILATES DÉBUTANT

14H → 15H
BIKING ABDOS

17H30 → 18H15
**CUISSES
ABDOS FESSIERS**

18H15 → 19H
LIA

19H15 → 20H
CROSS TRAINING

MERCREDI

9H30 → 10H15
CARDIO TRAINING

10H15 → 11H
STEP DÉBUTANT

11H → 11H45
ZUMBA GOLD

17H30 → 18H15
BIKING

18H15 → 19H
ABDOS TRAINING

19H → 20H
ZUMBA

JEUDI

9H30 → 10H45
YOGA

11H → 12H
CORPS & ÉQUILIBRE

12H30 → 13H30
YOGA*

17H30 → 18H30
CARDIO DANSE

18H30 → 19H15
STRONG NATION™

19H15 → 20H
CROSS TRAINING

VENDREDI

12H30 → 13H15
ABDOS FESSIERS*

14H → 15H
**PILATES
TOUS NIVEAUX**

17H30 → 18H15
CORE ET MOBILITY

18H30 → 19H15
BIKING

SAMEDI

9H30 → 10H30
**CUISSES ABDOS
FESSIERS
STRETCHING**

10H30 → 11H30
PILATES INITIÉS

*Cours en présentiel et en visio.

FITNESS TRAINING volume max.

Cuisses abdos fessiers - Tonifier la sangle abdominale et le bas du corps.
Body barre - Renforcement, haut et bas du corps, à l'aide de barres lestées.
Core et mobility - Exercices variés combinant gainage, stabilité et mobilité.
Cardio training - Entraînement fractionné (brûle les graisses, augmente l'endurance).

ACTIVITÉ CARDIO-VASCULAIRE volume max.

Strong Nation™ - Entraînement à haute intensité en musique, renforcement musculaire, cardio et plio.
Biking - Cours en musique sur vélo, intensité modérée à très forte.
Cross training - Entraînement combinant l'endurance, l'haltérophilie, la force athlétique et la gymnastique. Recherche d'un travail le plus fonctionnel possible.
Zumba gold - Mélange de danse latine et fitness, adapté aux séniors.
Lia (Low Impact Aerobic) - Un cours tout en chorégraphie.

Step - Travail cardio-vasculaire à l'aide de petites plates-formes individuelles. Développe la coordination.

Zumba® - Exercices au rythme de danses latines basés sur des chorégraphies alternant cadences rapides et lentes. Accessible à tous.

Cardio Danse - Combinaison de musiques actuelles et de mouvements dansés.

GYMNASTIQUE DOUCE volume max.

Corps & équilibre - Étirements et mobilisation en douceur pour réveiller muscles et articulations.

Stretching - Étirements sur musique douce pour améliorer l'élasticité musculaire.

Pilates - Travail des muscles profonds. Développe la stabilité (force abdominale & dorsale), rééquilibre le corps & apporte un alignement postural correct.

Yoga - S'initier & progresser dans la pratique du Asthanga Vinyasa (yoga dynamique).

Conseils prépa physique sur RDV en fonction du planning, surveillance assurée.

COLLINE DES BAINS LUGE/SKI PARK



Au cœur du village, renouez avec les plaisirs de la glisse. Ce site unique dans les Alpes se dévale à luge (airboard, snake, yooner...) ou à ski (ESF, piste débutant). Côté détente, un sentier panoramique longe les pistes. À votre retour, faites donc une pause au bar à goûter.

TARIFS

	1H	2H	FORFAIT SKI PARK 1H
Adulte	14 €	20.50 €	11.5 €
Enfant (de 5 à 11 ans inclus)	10 €	15 €	8 €

Gratuit de 2 à 4 ans (inclus)

Tarif Tribu : pour tout groupe constitué de 3 à 5 personnes (minimum 1 adulte et 1 enfant de + de 5 ans), bénéficiez du tarif réduit pour l'entrée des enfants.

Location casque : 2 €
(gratuit moins de 12 ans)

Support rechargeable : 3 €

Pièce d'identité obligatoire pour la location du matériel.



Pour des raisons de sécurité, l'accès aux pistes du Luge Park n'est pas autorisé aux enfants de moins de 2 ans ainsi qu'aux femmes enceintes.

Infos et tarifs complémentaires : omt.collinedesbains@villarddelans.com
Tél 04 76 56 97 29 - www.villarddelans.com

OUVERTURE HORAIRES ET PÉRIODES



Fermeture du site le 26 mars 2023



LUGE/SKI PARK COLLINE DES BAINS

1 Maison de la Colline - Bar à goûter - Solarium

2 Tapis roulants

a Tapis Magique

b Tapis Volant

c Tapis Jardin d'Enfants

3 Poste de secours

4 Sentier piétons
Raquettes
Via Vercors

5 Point de vue

6 Zone enfants
3 → 5 ans

7 Arrêt navettes

ESPACE SKI / SNOWBOARD

8 Le Jardin
d'enfants

10 Retour
skieurs

9 École du Ski
Français

11 L'Avalanche
Française

ESPACE LUGE

12 Les P'tits Lugeurs

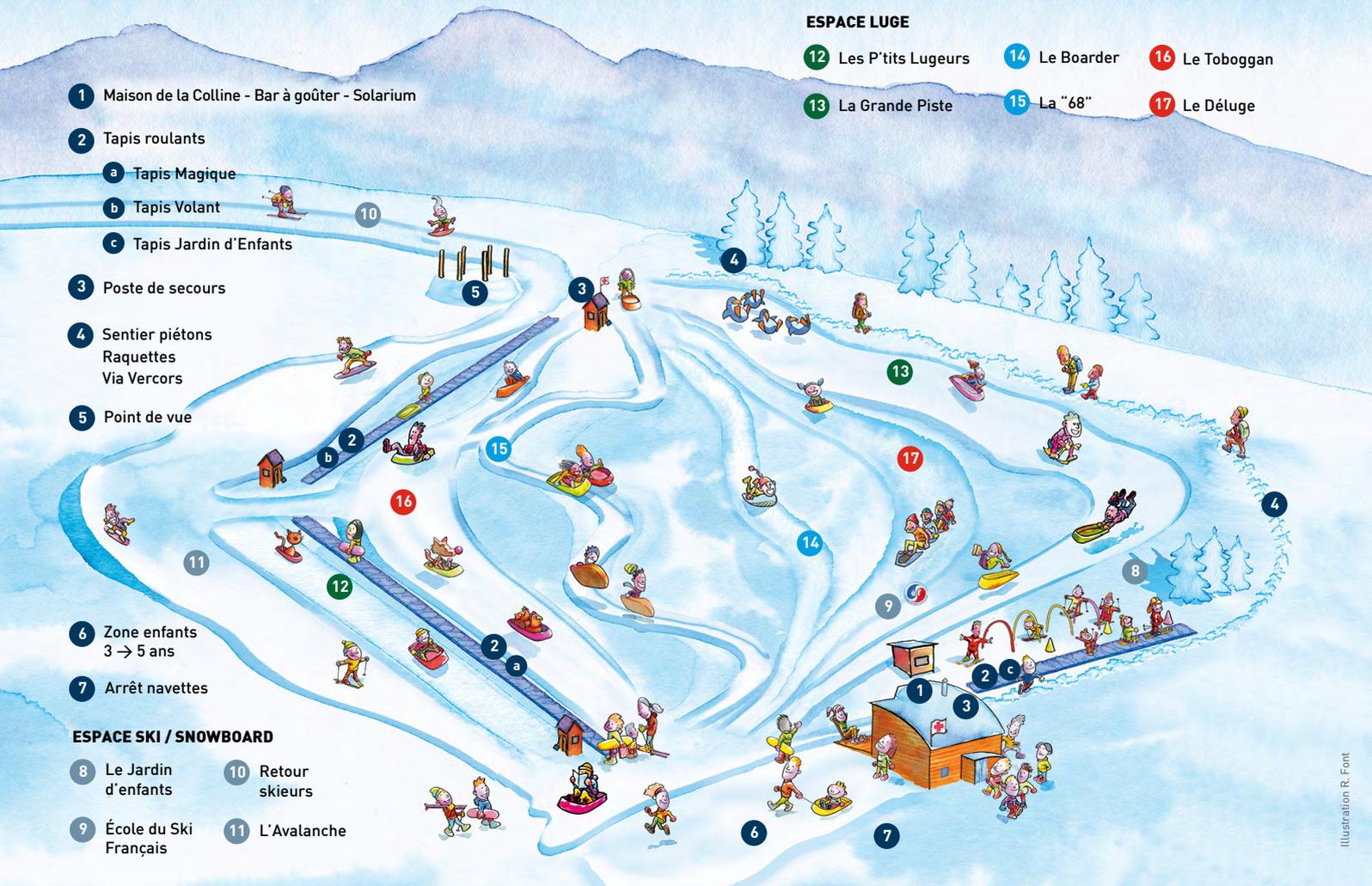
14 Le Boarder

16 Le Toboggan

13 La Grande Piste

15 La "68"

17 Le Déluge



ESPACE NORDIQUE DU HAUT VERCORS



Site labellisé Nordic France. 122 km de plaisir tous niveaux (alternatif ou skating), enneigement artificiel, ESF, stade de biathlon, itinéraires raquettes/piétons et auberges gourmandes.

TARIFS

	JOURNÉE	1/2 JOURNÉE*	2 JOURS	6 JOURS
Adulte (21 à 69 ans)	11 €	9 €	22 €	55 €
Enfant (5 à 20 ans)	5 €	4.50 €	10 €	27 €
Sénior (+70 ans)	6 €	5 €	12 €	40 €

*À partir de 12h30

	NATIONAL	VERCORS	VERCORS 4 SAISONS	ISÈRE DRÔME
NORDIQUE PASS				
Adulte (21 à 69 ans)	210 €	140 €	180 €	150 €
Enfant (5 à 20 ans)	75 €	50 €	90 €	55 €

Support rechargeable : 3 €

Pass tribu journée (4 pers. dont
2 enfants minimum) : 28 €



Retrouvez l'ensemble des tarifs et des forfaits à la caisse extérieure du site nordique de Bois Barbu.

OUVERTURE HORAIRES ET PÉRIODES

Fermeture du site le 26 mars 2023



SAISON
HIVER 2022-2023

10 déc. 26 mars

LUN. MAR. MER. JEU. VEN. SAM. DIM. FÉRIÉ

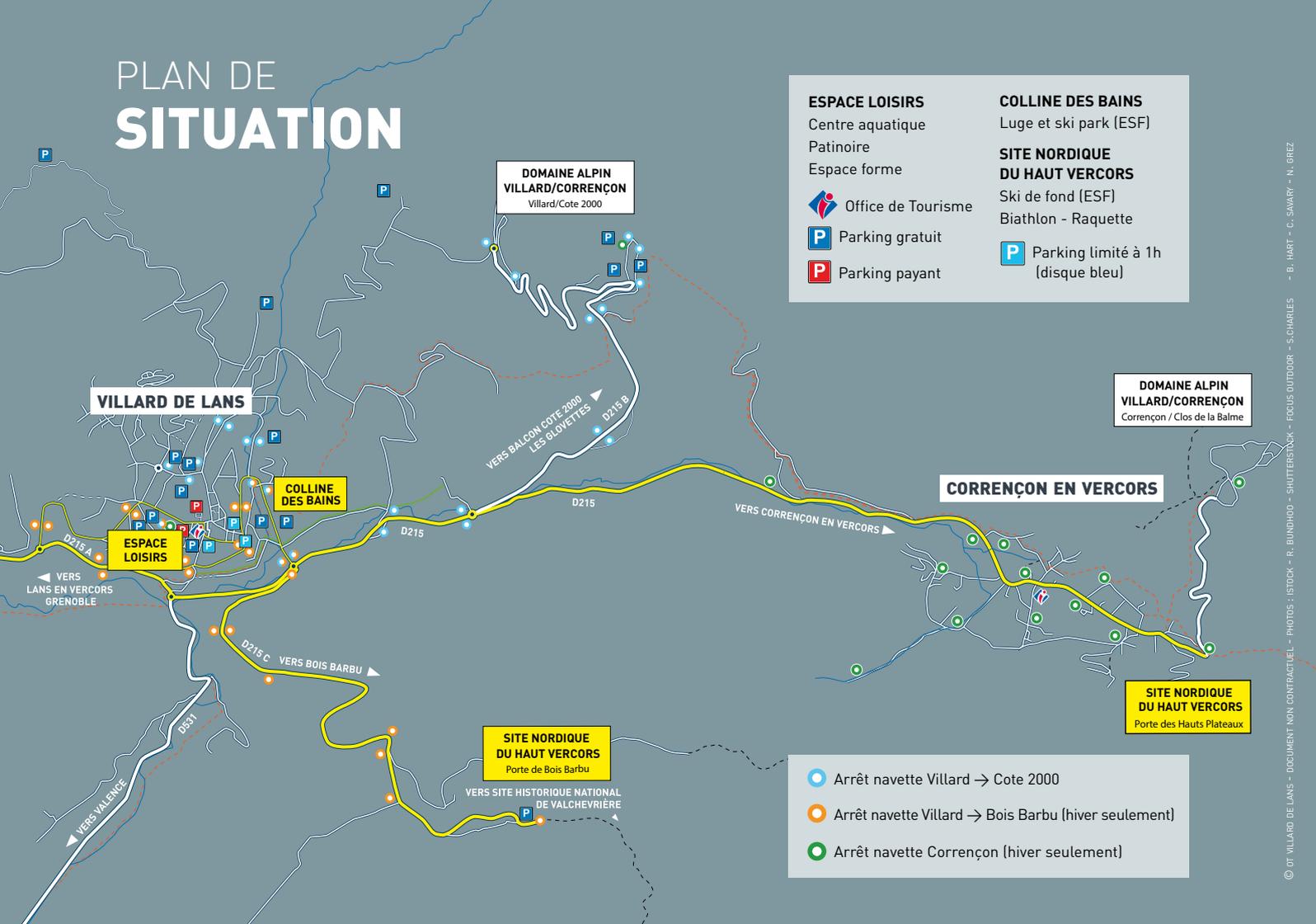
9h→17h



Porte de Bois Barbu Villard de Lans - omt.sitenordique@villarddelans.com
Tél. 04 76 95 03 30

Porte des Hauts-Plateaux Corrençon en Vercors - sitenordique@correncon.com
Tél. 04 76 95 82 26

PLAN DE SITUATION



ESPACE LOISIRS

Centre aquatique

Patinoire

Espace forme

 Office de Tourisme

 Parking gratuit

 Parking payant

COLLINE DES BAINS

Luge et ski park (ESF)

SITE NORDIQUE DU HAUT VERCORS

Ski de fond (ESF)

Biathlon - Raquette

 Parking limité à 1h (disque bleu)

 Arrêt navette Villard → Cote 2000

 Arrêt navette Villard → Bois Barbu (hiver seulement)

 Arrêt navette Corrençon (hiver seulement)

Cliquez. Réservez. Profitez.

Découvrez nos pass réservés en ligne !



villarddelans-correnconenvercors.com