

ROSNY à la NAGE

BORN to be Alive
♪ ♪



RELIER
CE QUI DEVRAIT
TOUJOURS L'ÊTRE

ROSNY-SOUS-BOIS
CENTRE AQUANAUTIQUE
CAMILLE MUFFAT

MARINE SCHNECK
COLOMBE SCHNECK

RELIER CE QUI DEVRAIT
TOUJOURS L'ÊTRE

ÉLIMINER TOUT GESTE INUTILE,
ARRÊTER DE S'AGITER,
ACCÉPTER DE SE LAISSER PORTER
PAR L'EAU, DES SONS,
DES MOTS,
LAISSER GLISSER SON CORPS,
SA MAIN, SON OREILLE,
SON OEIL, EN SOI OU
VERS L'ÂME D'UN ARTISTE.

POURQUOI Y ALLER ?

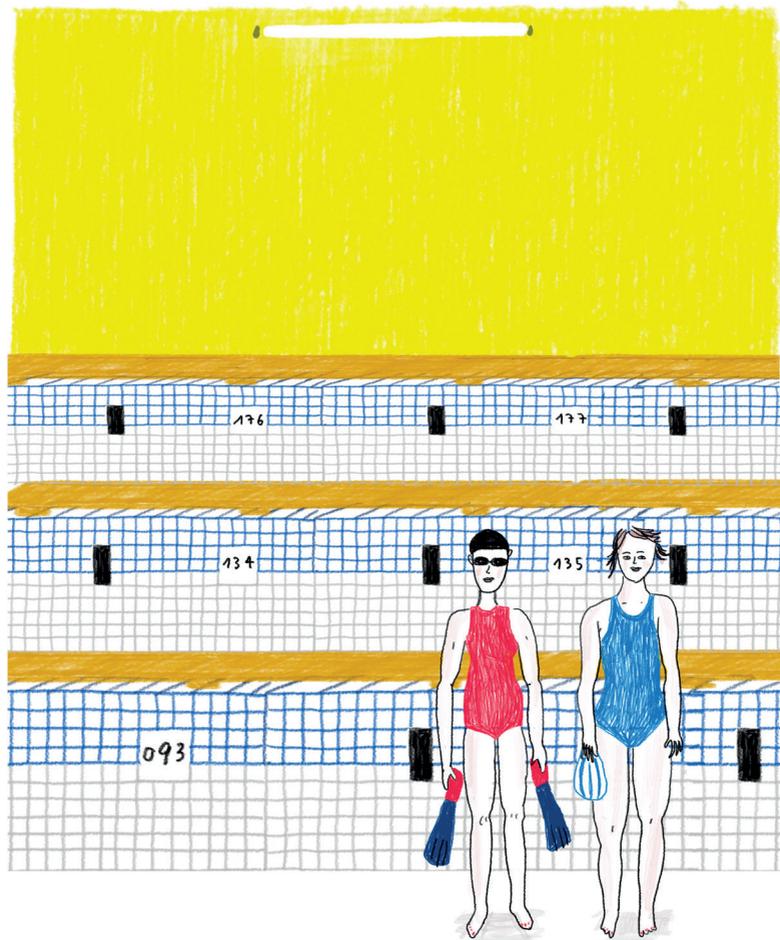
C'est un des rares lieux en France qui regroupe une piscine, une médiathèque, un théâtre et cinéma, un tiers lieu créatif et numérique et un conservatoire. L'ensemble construit dans les années 1970 a été partiellement restauré en 2016 et 2017. Il existait même, avant les travaux, une porte qui permettait d'accéder directement de la bibliothèque au bassin, mais elle a été fermée; la piscine n'étant plus gérée par la municipalité. Ce lien, nager, lire, aller au théâtre, écouter de la musique, n'est pas seulement l'occasion de profiter d'une proximité géographique, mais de relier ce qui devrait toujours l'être, il s'agit d'une seule et même activité. Se laisser porter par l'eau, la musique, un texte, éliminer tout geste inutile, arrêter de s'agiter, s'ouvrir aux sons, aux mots, laisser glisser son corps, sa main, son oreille, son œil, en soi ou vers l'âme d'un artiste, voilà ce que propose le « hub » piscine et culture de Rosny, et c'est exceptionnel!



centre aquanautique
Camille Muffat
ROSNY-SOUS-BOIS

AVEC QUI Y ALLER ?

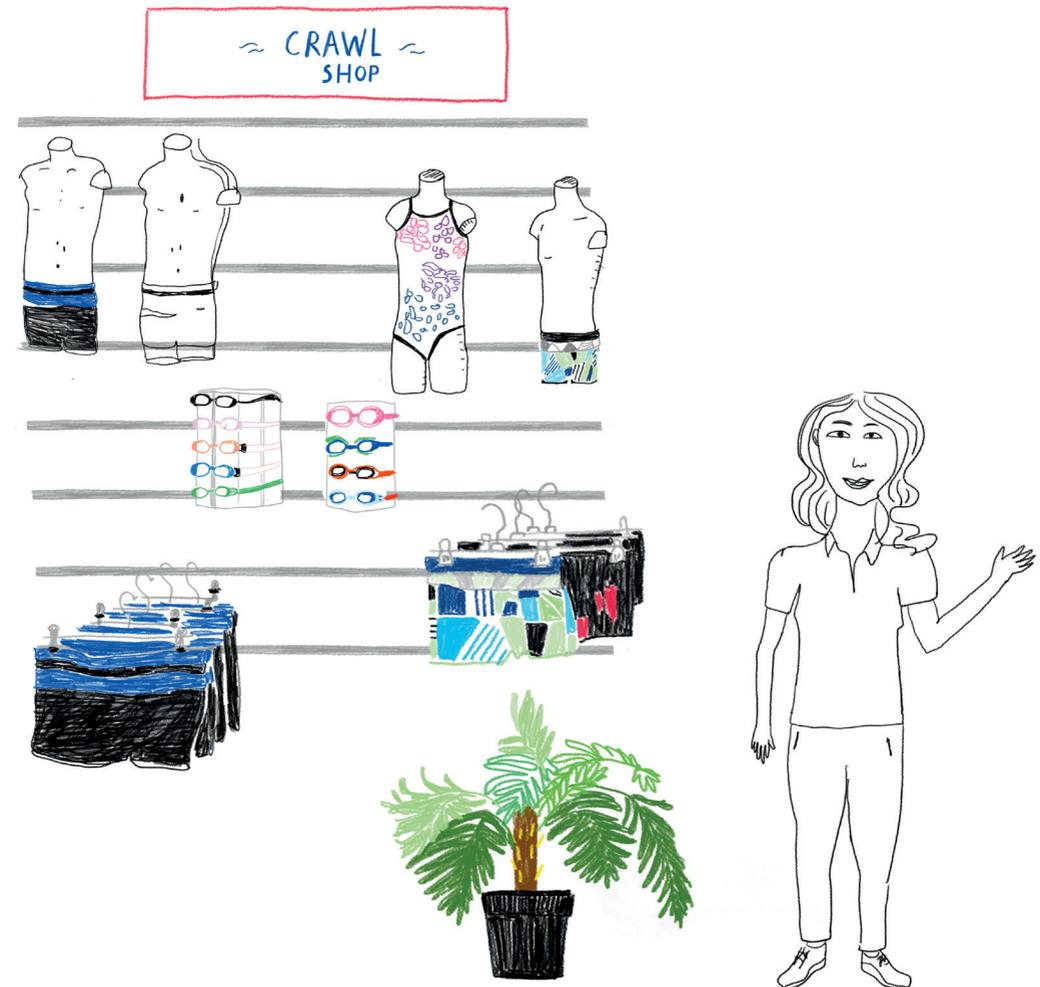
Un célibataire en manque de partage. Rosny est la ville où les couples qui ont vécu à Montreuil ou Paris s'installent quand ils se séparent. Elle est donc aussi la ville où il est le plus facile de rencontrer un célibataire en quête d'amour. Et on me l'affirme, de nombreux couples se sont rencontrés à la piscine (bien que la tenue de nageur ne soit pas la plus séduisante qui soit) et à la médiathèque lors des soirées et clubs de lecture.



NOUS SOMMES PRÊTES.
CHACUNE SON STYLE,
CHACUNE SA FAÇON DE NAGER

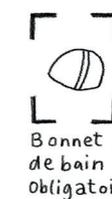
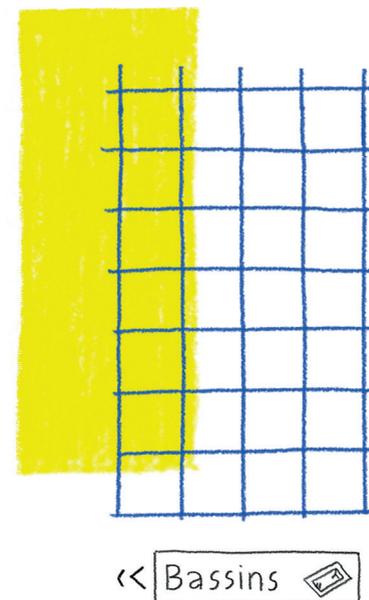
ACCUEIL

centre aquanautique
Camille Muffat



À QUEL MOMENT DE L'ANNÉE ?

À l'automne, quand on est plein de bonnes résolutions, on va s'inscrire à des cours d'aquabike, mais aussi à des cours de violons au conservatoire. Ou en janvier, on reprend ces bonnes résolutions, avec une récompense, si on les a respectées. Car ici, ce n'est pas seulement une piscine, mais aussi un spa tel qu'on le trouve dans les grands hôtels, jacuzzi, sauna, hammam, douche à jets. Un grand luxe à portée de tous.



ACCÈS

La ligne 11, donc elle est très accessible pour venir de Paris ou d'ailleurs. Le RER E également à proximité.

TARIFS

5,75 € quand on n'habite pas à Rosny, un peu cher !
4,75 € pour les rosniens
15 € pour une entrée liberté (espace Fitness, bien-être et piscine)
18 € pour les extérieurs.

VESTIAIRES

Vastes, clairs, propres, ils sont dignes du côté « spa » de l'ensemble.

CASIERS

À jeton et de différentes tailles.

DOUCHES

Celles de l'accès au bassin sont chaudes mais le jet s'arrête vite. Il faut aller profiter des douches super efficaces du spa, avec ces jets massants pour le dos, les cuisses.

PROPRETÉ

Impeccable le jour de notre visite.

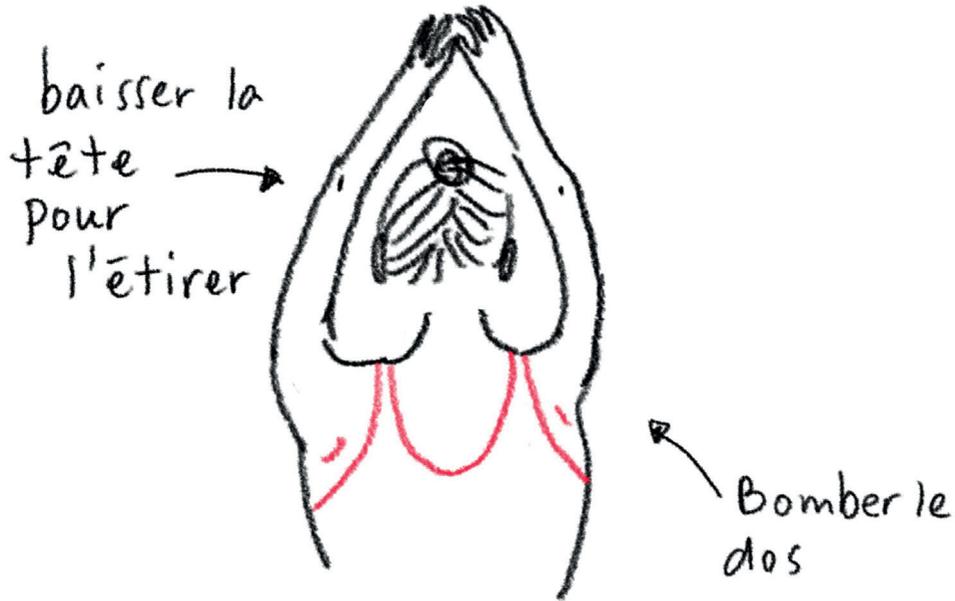
ACCÈS HANDICAPÉ

Oui

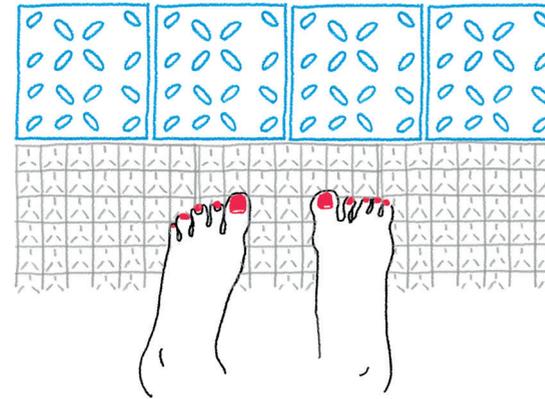
ET EN PLUS

Les « pentaglistes » des tobogans géants, Marine a essayé, j'ai même une photo. J'ai préféré le sauna, et les douches à jets qui vous massent le bas du corps, jusqu'aux épaules. On en sort avec l'impression d'être parti en vacances.

Dans le sauna, un grand gars à qui je me plaignais d'avoir mal dans les clavicules, m'a montré un mouvement pour les étendre, que je pratique depuis.

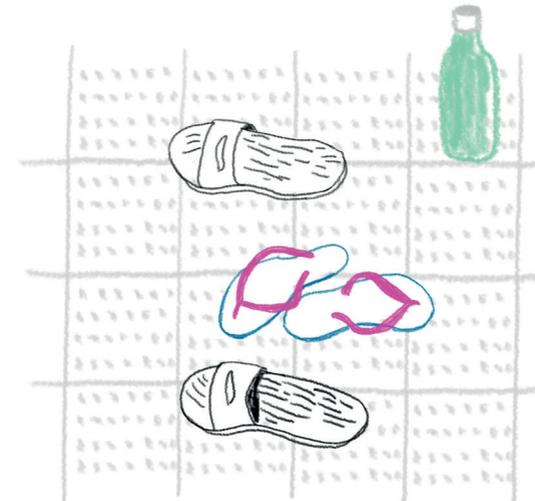


Exercice pour se détendre les clavicules,



QUALITÉ ET TEMPÉRATURE DE L'EAU

Aie, un peu fraîche et bien chlorée. Filtre à diatomée, c'est un système où le nettoyage de l'eau est assuré par une fine couche de diatomée. Les diatomées sont des algues unicellulaires microscopiques fossilisées identifiables à leur forme de squelette, que l'on retrouve dans les lacs, les rivières, débarrassent l'eau des particules polluantes et lui permet d'être très limpide.



LONGUEUR ET LARGEUR DE LA PISCINE EXTÉRIÈRE

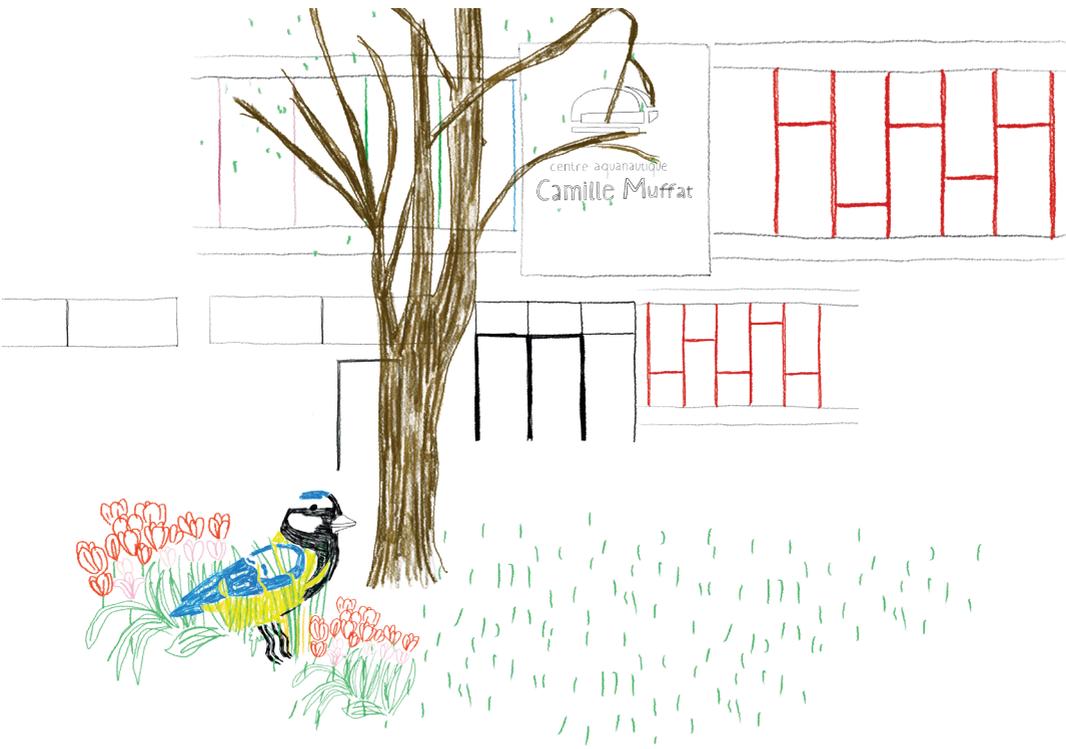
25 mètres et cinq couloirs. Il faut éviter les horaires où vous devez cohabiter avec les cours des clubs de natation.

PROFONDEUR

Entre 1m70 sur 3m20, c'est une piscine pour ceux qui savent nager, à côté d'un bassin d'activités et d'une pataugeoire pour s'amuser et se détendre.

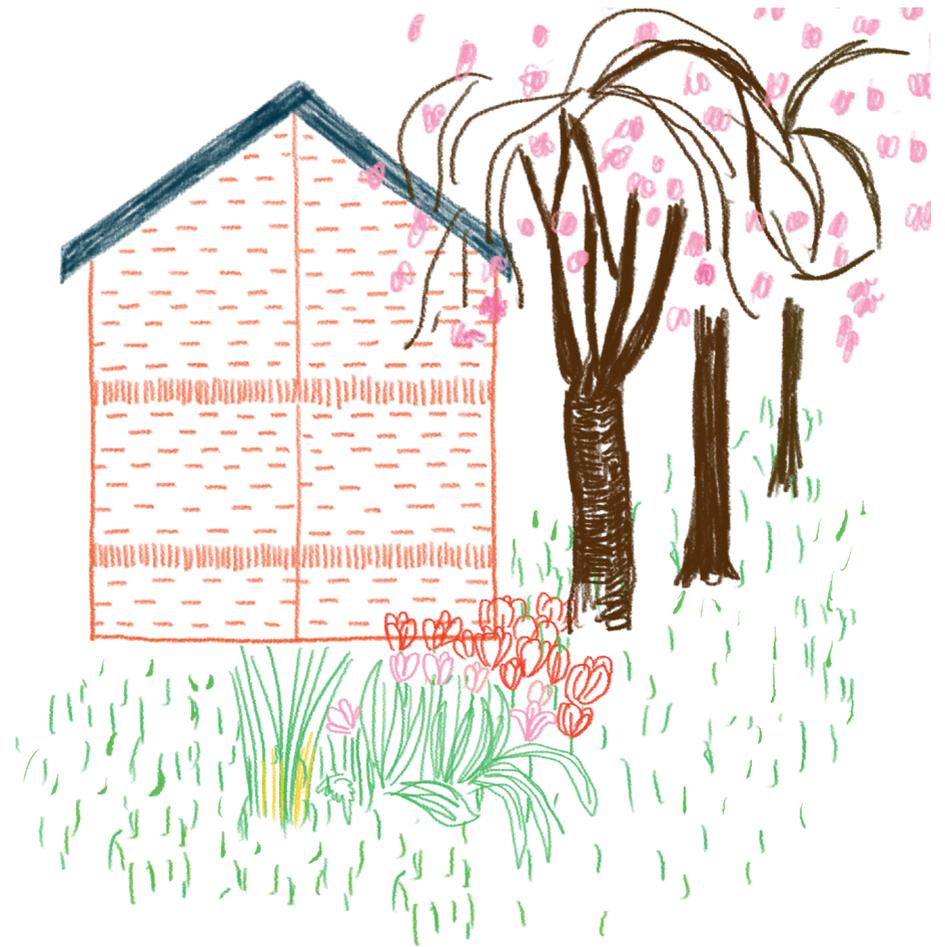
VUE QUAND ON NAGE LE DOS CRAWLÉ

Une bonne hauteur sous plafond illuminée par une baie vitrée comme disent les agents immobiliers.



ET APRÈS AVOIR NAGÉ

La rue commerçante est juste derrière, vous pouvez trouver de bonnes boulangeries et profiter du square devant la piscine pour manger le sandwich mérité par vos longueurs. Nager donne faim et on ne fait pas du sport pour maigrir, mais parce que c'est le meilleur médicament pour aller mieux.



EN SORTANT DE LA PISCINE QUE FAIRE ?

Se rendre à la **Médiathèque Louis Aragon**. Elle donne envie d'y passer la journée: des coins pour s'installer lire, regarder un film, faire ses devoirs. Elle est super active et participe à l'excellent festival Hors Limites qui célèbre la littérature en Seine-Saint-Denis. Le **Théâtre et Cinéma Georges Simenon** qui propose à la fois du cirque, de la danse, de la magie, et du cinéma d'Art et d'essais, le **Conservatoire Francis Poulenc** pour la pratique artistique, musique, danse, théâtre et les concerts, la **Fabrique Artistique et Numérique**, une école d'arts plastiques ouverte à tous qui propose des ateliers en tout genre, de l'imprimerie 3D à la réparation de sa cafetière ou son tourne-disque. Ce « hub » culture et sport est la démonstration que le corps et l'âme, contrairement à ce que l'on a tendance à croire en France, sont liés, ils se nourrissent l'un, l'autre, se font du bien. Allonger un bras le plus loin possible, puis le laisser se reposer, pratiquer sa voix, déclamer une tirade de Molière, et se prendre au jeu, être le personnage, vous transformez, vous rendent plus fort et plus heureux.

SI VOUS VOULEZ EN SAVOIR PLUS
OU CONTINUER LA BALADE...
VOUS POUVEZ LIRE PARIS À LA NAGE...



Camille Muffat
centre aquanautique

