AQUATIC CLUB CLAYE-SOUILLY

ALLEE DE LA PISCINE - 77410 CLAYE-SOUILLY

HTTP://CLUBACCS.FR GESTION.ACCS@GMAIL.COM

AQUAGYM, AQUAPALMES, AQUABIKE
ECOLE DE NATATION, NATATION SPORTIVE, MASTERS
COMPÉTITIONS, LOISIRS
SOIRÉES FESTIVES À THÈME
TRIATHLON

SAISON 2021 - 2022

INSCRIPTIONS EN LIGNE SUR LE SITE DU CLUB

Début des activités le 13 Septembre 2021 à 18h30 - Répartition des entraineurs non définitive

	ECOLE DE NATATION	ECOLE DE NATATION	ECOLE DE NATATION	ECOLE DE NATATION	PREBAC	ADOS LOISIRS	AVENIRS	JEUNES	ELITES	ADULTES LOISIRS	MASTERS	AQUAGYM	AQUABIKE	ECOLE DE TRIATHLON	TRIATHLON
LUNDI							AVENIRS 18h30 - 20h00 Alban	JEUNES 18h30 - 20h00 Damien	ELITES 18h30 - 20h30 Brice			AQUAGYM 20h30 - 21h15 Dany	AQUABIKES 20h00 - 20h30 12 places Damien 21h20 - 21h50 21h50 - 22h20 19 places Dany	18h30 - 19h30 Course à Pied AURÉLIEN	19h30 - 20h30 Course à Pied AURÉLIEN
MARDI					PRE BAC 19h00 - 20h00 Gérard	ADO LOISIRS 19h00 - 20h00 Corinne				ADULTES LOISIRS 20h00 - 21h00 Gérard	MASTERS 20h00 - 21h00 Gérard				1 créneau Adulte au choix Mardi 20h00-21h00 mercredi 20h45-21h45 Jeudi 20h45-21h45 vendredi 20h30-21h30 samedi 18h00-19h00
MERCREDI	ENF 1 16h30 - 17h15 Gérard	ENF 2 17h15 - 18h00 Gérard	ENF3 16h30 - 17h15 Corinne	ENF4 17h15 - 18h00 Corinne	PRE BAC 18h00 - 19h00 Gérard		AVENIRS 16h30 - 18h00 ALBAN	JEUNES PPG 17h30 - 18h00 NATATION 18h00 - 20h00 DAMIEN	ELITES MUSCU 18h00 - 20h00 BRICE	ADULTES LOISIR 20h45 - 21h45 Yves	MASTER 20h45 - 21h45 Yves	AQUAGYM 20h00 - 20h45 Yves	AQUABIKES 19h00 - 19h30 19h30 - 20h00 12 places Yves	NATATTION Créneau ENF1 ou ENF2 ou ENF3 ou ENF4 , ENF6 ou ENF8 suivant Test de Natation	
JEUDI								JEUNES 18h30 - 20h00 Brice	ELITES 18h30 - 20h30 Brice	ADULTES LOISIRS 20h30 - 21h30 Yves	MASTER 20h30 - 21h30 Yves		AQUABIKES 20H - 20H30 12 places Yves		
VENDREDI							AVENIRS 18h30 - 20h00 Alban	JEUNES 19h15 - 20h30 Damien	ELITES 19h15 - 21h30 Brice	ADULTES LOISIRS 20h30 - 21h30 Damien	MASTER 20h30 - 21h30 Damien	AQUAGYM 18h30 - 19h15 Damien			
SAMEDI			ENF 5 / ENF7 18h00 - 18h45 Dany	ENF 6 / ENF8 18h45 - 19h30 Dany						ADULTES LOISIRS Entrainements libres 18h00 - 19h00	MASTERS Entrainements libres 18h00 - 19h00		AQUABIKE 19h00 - 19h30 12 places Dany	Vélo 10h à 11h	
CONDITIONS D'ACCEPTATION	De 6 à 8 ans, nager au moins 25 m	De 8 à 10 ans, nager au moins 25 m	De 6 à 8 ans, nager au moins 25 m	De 8 à 10 ans, nager au moins 25 m	De 16 à 18 ans, Sauve'nage	De 11 à 15 ans, Sauve'nage	De 8 à 10 ans (filles) 8 à 11 ans (garçons), Pass'compétition. sur sélection	De 11 à 13 ans (filles) 12 à 14 ans (garçons), Pass'compétition. sur sélection	Dès 14 ans (filles) dès 15 ans (garçons), Pass'compétition. sur sélection	Dès 18 ans, nager au moins 25 m ventral, 25 m dorsal	Dès 18 ans, nager au moins 50 m	Dès 16 ans	Dès 16 ans	De 8 à 12 ans Nager aisément 50 m Vélo nécessaire	dès 16 ans Nager aisément 50 m Vélo nécessaire
OBJECTIFS	Apprentissage 3 nages, plongeons	Sauve'nage, perfect. 3 nages, plongeons. Premières compétitions	Apprentissage 3 nages, plongeons	Sauve'nage, perfect. 3 nages, plongeons. Premières compétitions	Amélioration technique, convivialité	Amélioration technique, convivialité, prépa bac et examen	pass-compétition Perfectionnement Développement	Endurance, technique des 4 nages, compétitions	Perfectionnement des nages Objectif personnel Compétitions performance	Amélioration technique, convivialité	Endurance, technique des 4 nages, compétitions	Renforcement musculaire, détente	Renforcement musculaire, détente	Endurance, Technique dans les 3 disciplines	Endurance, Technique dans les 3 disciplines
Informations complémentaires	1 séance 45 mn	1 séance 45 mn	1 séance 45 mn	1 séance 45 mn	1 séances AU CHOIX 1h x 2	1 séance 1h	3 séances 1h30 x 3	4 séance 1h30 x 3 2h00 x 1	4 séance 1h30 x 2 2h00 x 2	4 séances x 1h au choix	4 séances x 1h au choix	4 séances 45 mn au choix	8 séances 30 mn au choix	1 séance natation au choix	1 séance natation au choix
COTISATIONS	149 €	149 €	149 €	149 €	169 €	169 €	255€	269 €	299 €	169 € 1ère séance 59 € séance supp	169 € 1ère séance 59 € séance supp	129 € 1 séance 59 € 1 seance sup	149 € 1 séance	239 €	239 €
LICENCES (en plus)	22	22	22	22	10 €	22 €	34 €	50 €	50 €	10 €	50 €	10 €	10 €	30 €	36 € Loisir 86,5 € compt