

TARIFS - Adhésion 2022-2023 - Piscine de Cesson-Sévigné et Chateaugiron

Les groupes sont faits d'abord en fonction des âges puis en fonction des niveaux de natation (A ou B), quelles que soient les piscines dans lesquelles s'entraînent les adhérents. En groupe FORME, les jeunes de plus de 16 ans nagent avec les adultes. L'entrée dans un groupe « Compétition » est acceptée sur avis des entraîneurs. Dans tous les groupes, les nageurs et triathlètes sont mélangés en fonction de leur niveau en natation. Les niveaux des groupes A sont plus élevés que ceux des groupe B.

Cotisations

Non compétiteurs-trices Ados et Adultes - 1 séance de natation : 1 heure/semaine		
Groupes	Piscine	Cotisation
NATATION FORME ADO - de 12 à 16 ans	Cesson ou Chateaugiron	250 €
NATATION FORME SPORT - plus 16 ans ; pratique sportive et amélioration système cardiovasculaire, maîtrise des 4 nages, préparation Bac ou étude Sup.	Cesson ou Chateaugiron	

Non compétiteurs-trices Ados et Adultes - 1 séance de natation : 2 heures semaine		
Groupes	Piscine	Cotisation
NATATION FORME PERFORMANCE - plus 20 ans ; pratique sportive et amélioration système cardiovasculaire, maîtrise des 4 nages. (licence Natation incluse prévoir Option Triathlon si besoin)	Cesson	300 €

Compétition enfants Natation et Triathlon – 2 séances de natation et plus / semaine		
Groupes	Piscine	Cotisation
AVENIRS ou ECOLE TRIATHLON NIV1 – Natation - Garçons 2012 et après, Filles 2013 et après Option : licence triathlon payante	Cesson ou Chateaugiron	270 €
JEUNES ou ECOLE TRIATHLON NIV2 – Natation - Garçons de 2009 à 2011, filles de 2009 à 2011 - option licence triathlon payante	Cesson ou Chateaugiron	300 €
JUNIORS-SENIORS ou ECOLE DE TRIATHLON NIV3 – Natation ou triathlon - Filles de 2007 et avant, garçons de 2008 et avant - option licence triathlon payante	Cesson ou Chateaugiron	
MASTERS – Natation ou triathlon - à partir de 20 ans	Cesson ou Chateaugiron	
HANDISPORT – Natation seulement – Tous âges	Chateaugiron	

Compétition Natation sans entraînement		
Groupes	Piscine	Cotisation
ACCESS – A partir de 20 ans – Licence sèche sans entraînements	aucune	130 €

Compétition Triathlon sans entraînement		
Groupe	Piscine	Cotisation
ACCESS – A partir de 20 ans – Licence sèche sans entraînements	aucune	130 €

Options		
	Groupe	
Option Licence Triathlon	Avenir et Jeune	40 €
Option deuxième licence compétition : Licence FFtri pour les compétiteurs natation ou licence FFNatation pour les compétiteurs triathlon	Junior, Senior, Master	50 €

Les entraînements de course à pied (CAP) à Cesson, sont accessibles à tous les Masters Triathlon s'ils le désirent. Pour les Masters, les engagements aux compétitions seront à la charge des adhérents, sauf certaines compétitions telles que les championnats interclubs de natation.

GROUPES - Adhésion 2022-2023 - Piscine de Cesson-Sévigné

Horaires des groupes NATATION compétition de Cesson-Sévigné

Groupe	Conditions d'accès		Natation	Muscultation
	Filles	Garçons		
Avenir	2013 et après	2012 et après	Lundi : 17h30-18h30 (CTG) Mercredi : 13h15 - 14h15 Samedi : 12h00 - 13h00	
Jeunes A	2012 à 2010	2011 à 2009	Mardi : 19h00 - 20h30 Mercredi : 14h15 - 16h00 Jeudi : 19h00 - 20h30 Vendredi : 18h00 - 19h00 Samedi : 14h30 - 16h00	Mardi : 17h00 - 18h45 Jeudi : 17h00 - 17h45
Jeunes B	2012 à 2010	2011 à 2009	Mercredi : 14h30 - 16h00 Samedi : 12h30 - 14h00 (CTG)	
Juniors / Seniors A	2009 et avant	2008 et avant	Lundi : 18h00 - 20h00 Mardi : 6h45 - 8h00 Mercredi : 6h45 - 8h00 Jeudi : 19h00 - 20h30 Vendredi : 18h00 - 20h00 Samedi : 10h00 - 12h00 CTG	Lundi : 17h00 - 18h00 Mardi 17h00 - 18h45 Jeudi 17h00 - 17h45
Juniors / Seniors B	2009 et avant	2008 et avant	Mardi : 19h45 - 21h30 Jeudi : 19h45 - 21h30 Samedi : 16h00 - 17h00	
Master A	1997 et avant	1997 et avant	Mardi : 6h45 - 8h00 Mercredi : 12h15-13h15 Jeudi : 6h45 - 8h00 Samedi : 17h00 - 18h00	Mardi : 17h00 - 18h45 (Salle tennis)
Master B	1997 et avant	1997 et avant	Mercredi : 6h45 - 8h00 Vendredi : 6h45 - 8h00	

Horaires des groupes Forme NATATION de Cesson-Sévigné

Forme Sport	à partir de 16 ans	Samedi : 9h00 - 10h00	Nb Natation/Semaine
Forme Ado Sport	12-16 ans	Samedi : 10h00 - 11h00	1 h
Forme Sport	à partir de 16 ans	Samedi : 11h00 - 12h00	1 h
Forme performance	à partir de 16 ans	Mardi : 20h30 - 21h30 Jeudi : 20h30 - 21h30	2 h

NB : Nous nous réservons le droit de regrouper/modifier/annuler des cours en fonction du remplissage des créneaux. Les activités extérieures peuvent être décalées ou annulées en fonction des conditions météorologiques.

Horaires des groupes NATATION de Châteaugiron

Catégorie	Groupe	Âges	Nb nat	Places	Horaires Natation
Compétition	AVENIR	Filles > 2013 et après Garçons de 2012 et après	2 ou 3	20	Lundi 17h30-18h30 Mercredi 13h-14h Samedi 12h-13h (Cesson)
	JEUNE JUNIOR A	Filles de 2012 et avant Garçons de 2011 et avant	3 ou 4	20	Lundi 18h30-19h30 Mercredi 14h-15h Vendredi 19h30-21h30 Samedi 10h00 -12h Samedi 12h00 -14h
	JEUNE JUNIOR B		2	20	Mercredi 16h30-17h3 Samedi 12h30 -14h
	MASTER	2003 et avant	2	20	Lundi 20h30 – 21h30 Mercredi 20h30-21h30
	HANDISPORT	Tous âges	1	10	Mercredi 18h15-19h15 Samedi 12h30 -14h00
Sans compétition	FORME SPORT	2003 et avant	1	10	Mercredi 20h30-21h30

(*) Répartition dans les différents créneaux effectuée par l'entraîneur

Horaires des groupes TRIATHLON de Cesson-Sévigné

Groupe	Conditions d'accès	Natation	Musculation	Course à pied	Cyclisme
Ecole de Triathlon n1	Mini-poussin /Pupille : Filles > 2013 et après Garçons de 2012 et après	Mercredi : 13h30 - 14h30 Samedi : 12h00 - 13h00	X	A voir selon le niveau avec l'entraîneur	
Ecole de Triathlon n2	Benjamin / Minime : 2008 - 2011	Mardi : 19h00 - 20h30 Mercredi : 14h15 - 16h00 Vendredi : 18h00 - 19h00 Samedi : 14h30 - 16h00	Jeudi : 17h00 - 17h45	Mardi :17h45- 18h45 Jeudi : 17h45- 19h15	Mercredi : 16h15 - 18h00 Samedi : 9h30 - 12h00
Ecole de Triathlon n3	Cadet / Juniors : 2004 - 2007	Lundi : 18h00 – 20h00 Mardi : 6h45 – 8h00 Mercredi : 6h45-8h00 Jeudi : 6h45 - 8h00 Vendredi : 6h45 - 8h00 Samedi : 10h00 - 12h00 CTG	Mardi 17h00 - 18h45 Jeudi 17h00 - 17h45	Mardi :18h45- 20h00 Jeudi : 17h45 – 19h15	Mercredi : 13h30 - 16h00 Samedi : 13h30 - 16h00
Groupe Performance Triathlon	2004, objectifs de compétitions	Mardi : 6h45 - 8h00 Mercredi : 12h15 13h15 Jeudi : 6h45 - 8h00 Vendredi : 19h00 - 20h00	Mardi : 17h00 - 18h45	Mardi et jeudi : 18h45 -20h00	RDV via groupe
Groupe Master Triathlon	2004 et moins	Mercredi : 6h45 - 8h00 Vendredi : 6h45 - 8h00	Mardi : 17h00- 18h45		RDV via groupe