

## TARIFS - Adhésion 2023-2024 - 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 groupes B et nécessitent un test pour y rentrer.

### Cotisations

Non compétiteurs-trices Ados et Adultes - 1 séance de natation : 1 séance/semaine		
Groupes	Piscine	Cotisation
NATATION FORME ADO - de 12 à 16 ans	Cesson ou Chateaugiron	225 €
NATATION FORME SPORT - plus 16 ans ; pratique sportive et amélioration système cardiovasculaire, maîtrise des 4 nages, préparation Bac ou étude Sup.	Cesson ou Chateaugiron	
NATATION DEVENIRS – Enfants en fin d'apprentissage de la nage en attente d'entrer dans le groupe Avenir (accès sur test)	Cesson	

Non compétiteurs-trices Ados et Adultes - 1 séance de natation : 2 séances/ semaine		
Groupes	Piscine	Cotisation
NATATION FORME PERFORMANCE - plus 16 ans ; pratique sportive et amélioration système cardiovasculaire, maîtrise des 4 nages. (licence Natation incluse prévoir Option Triathlon si besoin)	Cesson	275 €

Compétition enfants Natation et Triathlon – 2 séances de natation et plus / semaine		
Groupes	Piscine	Cotisation
AVENIRS ou ECOLE TRIATHLON NIV1 ou BENJAMINS B (2 cours/sem) – Natation - Garçons 2012 et après, Filles 2013 et après <u>Option</u> : licence triathlon payante (accès sur test)	Cesson ou Chateaugiron	270 €
BENJAMINS A (accès sur test) ou ECOLE TRIATHLON NIV2 – Natation - Garçons de 2011 à 2012, filles de 2011 à 2012 - <u>Option</u> : licence triathlon ou natation payante	Cesson ou Chateaugiron	300 €
JUNIORS-SENIORS A (accès sur test) ou JUNIORS-SENIORS B ou ECOLE DE TRIATHLON NIV3 – Natation ou triathlon - Filles de 2010 et avant, garçons de 2010 et avant - <u>Option</u> : licence triathlon ou natation payante	Cesson ou Chateaugiron	
MASTERS – Natation ou triathlon - à partir de 20 ans (accès sur test)	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 entraînement	aucune	150 €

Compétition Triathlon sans entraînement		
Groupe	Piscine	Cotisation
ACCESS – A partir de 20 ans – Licence sèche sans entraînement	aucune	150 €

Options		
	Groupe	
Option Licence Triathlon si licence FFN prise	Avenir et Benjamin	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 2023-2024 - Piscine de Cesson-Sévigné

### Horaires des groupes NATATION compétition de Cesson-Sévigné

Groupe	Conditions d'accès			Natation	Musculature
	Âges	Places	Nb séances		
Devenirs	2016 à 2013	20	1	Samedi: 13h45-14h30	
Avenirs	2016 à 2013	20	2 ou 3	Lundi: 18h – 19h (sur invitation bonus) Mercredi : 13h15 - 14h15 Samedi : 12h00 - 13h00	
Jeunes A	2012 à 2009	10	3 ou 5	Mardi : 18h45 - 20h15 Mercredi : 14h15 - 16h00 Jeudi : 18h45 - 20h15 Vendredi : 17h50 - 18h50 Samedi : 12h00 - 14h00 (Chateaugiron)	Mardi: 17h00 - 18h30 (Salle tennis) Jeudi : 17h00 – 18h30 (Salle tennis)
Jeunes B	2012 à 2009	20	2	Mercredi : 14h15 - 15h15 Samedi : 8h30 - 10h00	
Juniors / Seniors A	2008 à 1998	10	6 à 8	Lundi : 19h00 - 20h00 Mardi : 6h45 - 8h00 Mardi: 18h45 – 20h15 Mercredi: 14h15 – 16h Jeudi : 6h45 – 8h00 Jeudi : 18h45 - 20h15 Vendredi : 6h45 – 8h00 Samedi : 10h00 - 12h00 (Chateaugiron)	Mardi : 17h00 - 18h30 (Salle tennis) Jeudi : 17h00 - 18h30 (Salle tennis)
Juniors / Seniors B	2008 à 1998	20	2 à 3	Mardi : 19h45 - 21h15 Jeudi : 19h45 - 21h15 Samedi : 8h30 - 10h00	
Masters A	2005 et avant	20	4	Mardi : 6h45 - 8h00 Mercredi : 6h45 – 8h00 Mercredi : 12h15-13h15 Jeudi : 6h45 - 8h00 Vendredi : 18h50 – 19h50	Mardi : 17h00 - 18h30 (Salle tennis)
Masters B	2005 et avant	20	3	Mardi : 6h45-8h00 Mercredi : 6h45 - 8h00 Mercredi : 12h15 – 13h15 Jeudi : 6h45 – 8h00 Vendredi : 6h45 - 8h00	

### Horaires des groupes Forme NATATION de Cesson-Sévigné

Groupe	Conditions d'accès			Natation
	Âges	Places	Nb séances	
Forme Ado Sport	12 à 16 ans	30	1	Samedi : 10h00 – 11h00
Forme Sport	A partir de 16 ans	20	1	Samedi : 11h00 – 12h00 (Bassin 25m) <b>OU</b> Samedi : 12h45 – 13h45 (Bassin 20m)
Forme performance	A partir de 16 ans	20	2	Mardi : 20h15 – 21h15 Jeudi : 20h15 – 21h15

**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

Groupe	Conditions d'accès			Natation
	Âges	Places	Nb séances	
<b>Devenirs</b>	2016 à 2013	20	1	Mercredi 16h-17h
<b>Avenirs</b>	2016 à 2013	20	2 ou 3	Lundi 17h30-18h30 Mercredi 15h-16h Samedi 12h-13h (Cesson)
<b>Jeunes/ Juniors A</b>	2012 à 2006	20	3 ou 4	Lundi 18h30-19h30 Mercredi 14h15-16h00 (Cesson) Vendredi 19h30-21h30 Samedi 10h00 -12h (Juniors) Samedi 12h00 -14h (Jeunes)
<b>Jeunes/ Juniors B</b>	2012 à 2006	20	2	Mercredi 17h00-18h00 Samedi 12h30 -14h
<b>Masters</b>	2005 et avant	20	2	Lundi 20h45 – 21h45 Mercredi 20h30-21h30
<b>Handisport</b>	Tous âges	10	2	Mercredi 18h30-19h30 Samedi 12h30 -14h00
<b>Natation Forme sport</b>	2005 et avant	10	1	Mercredi 20h30-21h30

## Horaires des groupes TRIATHLON de Cesson-Sévigné

Groupe	Conditions d'accès			Natation	Vélo	Course à pied	Muscultation
	Agés	Places	Nb séances (minimum)				
<b>Ecole de Triathlon n1</b>	2016 à 2013	10	2 Natation 1 vélo Et/ou 1 CAP	Mercredi : 13h15 - 14h15 Samedi : 12h00 - 13h00	Samedi : 16h30-17h45	Mardi : 17h30-18h45	
<b>Ecole de Triathlon n2</b>	2012 à 2009	10	3 Natation 1 vélo Et/ou 1 CAP	Lundi : 18h00 - 20h00 Mercredi : 14h15 - 16h00 Vendredi : 17h50 - 18h50 Samedi : 13h00-14h30	Mercredi : 16h15 -18h00 Samedi : 14h45 -16h30	Mardi : 17h30-18h45 Jeudi : 18h30-20h00	Mardi: 17h00-17h30 Jeudi : 17h00-18h30
<b>Ecole de Triathlon n3</b>	2008 à 1998	10	5 Natation 2 vélos Et/ou 2 CAP	Mardi : 6h45 – 8h00 Mercredi : 6h45-8h00 Jeudi : 6h45 - 8h00 Vendredi : 6h45 - 8h00 et 18h50 à 19h50 Samedi : 13h00 - 14h30	Mercredi 14h00 - 16h00 Samedi : 09h30 -12h00	Lundi : 18h-19h30 Mardi : 17h30-18h45 Jeudi : 18h30– 20h00	Lundi : 17h00 à 18h Jeudi : 17h00 – 18h30
<b>Groupe Master Triathlon</b>	2005 et avant	20		Horaires du groupe Masters A Nat <b>OU</b> Horaires du groupe Masters B Nat	RDV via groupeWhatsapp	Mardi: 18h45 -20h00 Jeudi : 18h30 – 20h00	Mardi : 17h00 - 18h45 (Salle tennis)
<b>Groupe Master Apprentissage</b>	2005 et avant	20		Mercredi : 6h45 – 8h00 (accès au groupe Masters B Nat dans l'année suivant la progression)		Mardi : 17h00- 18h45	

# OCC Natation-Triathlon

## Inscriptions 2023/2024

### Catégories FFN pour la saison de janvier à décembre 2023

Les catégories de cette saison sont différentes selon les âges des filles et des garçons. Les noms des groupes d'entraînement du club ne correspondent pas forcément aux catégories FFN. Nous nous basons sur les classes (primaire, collège et lycée).

	Avenirs 1	Avenirs 2	Avenirs 3
Filles	2015-2014	2013	2012
Gars	2014-2013	2012	2011

	Benjamin 1	Benjamin 2
Filles	2011	2010
Gars	2010	2009

	Juniors 1	Juniors 2	Juniors 3	Juniors 4
Filles	2009	2008	2007	2006
Gars	2008	2007	2006	2005

	Seniors
Filles	2005 et avant
Gars	2004 et avant

### Catégories FFN pour la saison de janvier à décembre 2024

Les catégories de cette saison sont les mêmes selon les âges des filles et des garçons. Les noms des groupes d'entraînement du club ne correspondent pas forcément aux catégories FFN. Nous nous basons sur les classes (primaire, collège et lycée).

	Avenirs 1	Avenirs 2	Avenirs 3
Filles et garçons	2016-2015 Groupe OCC : Avenirs	2014 Groupe OCC : Avenirs	2013 Groupe OCC : Avenirs

	Benjamin 1	Benjamin 2
Filles et garçons	2012 Groupe OCC : Jeunes	2011 Groupe OCC : Jeunes

	Juniors 1	Juniors 2	Juniors 3	Juniors 4
Filles et garçons	2010 Groupe OCC : Jeunes	2009 Groupe OCC : Jeunes	2008 Groupe OCC : Juniors/Seniors	2007 Groupe OCC : Juniors/Seniors

	Seniors
Filles et garçons	2006 à 1999 Groupe OCC : Juniors/Seniors