

CINQ DISCIPLINES POUR UN MÊME CLUB

L'ACO est une association sportive regroupant **5 disciplines différentes** : la natation, la natation artistique, le triathlon, l'aquathlon et le duathlon.

L'ACO, c'est avant tout la volonté de proposer aux jeunes et aux moins jeunes de la communauté de communes de Saint-Marcellin Vercors Isère, de faire du sport en compétition ou en loisir dans une atmosphère conviviale.

En alliant **dépassement de soi et ludisme**, le club permet à ses adhérents de pratiquer ces cinq disciplines dans un **cadre véhiculant les valeurs du sport**, en loisir comme en compétition.

« JE NE PERDS JAMAIS. SOIT JE GAGNE, SOIT J'APPRENDS. »
NELSON MANDELA

Pour plus d'informations :



aconatri.assoconnect.com



aco.nat.tri@gmail.com



1 415 Route de Saint-Marcellin,
38160 Chatte



[@aco_nat_tri](https://www.instagram.com/aco_nat_tri)

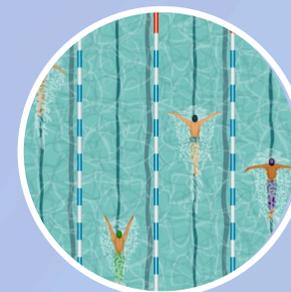


Aquatique Club Olympide



AQUATIQUE CLUB OLYMPIDE

Natation sportive
Natation artistique
Triathlon
Aquathlon
Duathlon



La NATATION :

En natation sportive, deux groupes (PC1 et PC2) sont destinés aux plus jeunes (dès 7 ans). Le groupe N1 est destiné aux **adolescents débutants** ; le groupe N2 aux **adolescents confirmés** ; le groupe N3 aux **adolescents confirmés** participant à des compétitions.

Le club dispose également d'un groupe dédié aux **adultes débutants**, et d'un autre adressé aux **adultes confirmés**.

En natation artistique, le club dispose de deux groupes : le groupe NA1 est destiné aux plus jeunes (dès 7 ans) ; le deuxième, intitulé NA2, est destiné aux adolescents.



La COURSE À PIED et le VÉLO:

Les adhérents pratiquant la course à pied ou le vélo sont répartis en trois groupes : le groupe T1 est dédié aux plus jeunes (dès 7 ans), le groupe T2 aux collégiens et lycéens, le groupe T3 aux adultes.

Des **séances alliant course à pied et vélo** sont proposées aux groupes T1 et T2. Des **entraînements de course à pied** sont proposés aux groupes T2 et T3, en partenariat avec le SMART.

Des **sorties vélo**, encadrées par nos entraîneurs, sont proposées aux adhérents des groupes T2 et T3.

À noter que **les sections aquathlon et duathlon ne sont pas accessibles aux membres du groupe T1.**



La VIE DU CLUB :

En dehors des entraînements, le club propose à ses adhérents **différents événements qui viennent dynamiser la vie du club** : week-end famille, conférences sur des thématiques liées au sport, stages durant les vacances scolaires, fête de fin d'année...



N'HÉSITÉZ PLUS,
REJOIGNEZ-NOUS !