

Cotisation annuelle: Saison 2019- 2020

ECOLE DE NATATION FRANCAISE ET PERFECTIONNEMENT

(+ 15€ pour les non Noiséen)

GROUPES	FILLES	GARCONS	ADHÉSION
Pré-Avenir	2013 et après	2012 et après	190.00 € *
Avenir 1	2012 - 2010	2011 - 2009	270.00 € *
Jeune 1	2009 - 2007	2008 - 2006	290.00 € *
Junior 1	2006 - 2002	2005- 2001	290.00 € *
Ados - Loisirs	2006 - 2001	2004- 2001	290.00 € *
Adulte Perfect.			190.00 € *
COMPETITION			
Avenir	2012 - 2010	2011-2009	290.00 € *
Jeune	2009 - 2007	2008-2006	310.00 € *
Junior - Sénior	2006 - 1996	2005 - 1996	310.00 € *
Masters (+ 25 ans)	1995 et avant	1995 et avant	290.00 € *

La cotisation annuelle comprend pour tous les groupes les entrées à la piscine pour les entraînements, les inscriptions aux tests ENF et aux compétitions. Le montant est en fonction du groupe et non de l'année d'âge.

Un bonnet du club sera donné à chaque adhérent ainsi qu'un Pass pour l'accès aux entraînements qui sera à rendre en fin de saison.

(à renouveler si perdu auprès du centre aquatique au prix de 2€.)

REDUCTION POUR: 2ème personne du même foyer fiscal - 20 €
3ème personne du même foyer fiscal - 30 €
(réduction effectuée sur présentation d'un justificatif)

Joindre **OBLIGATOIREMENT** au dossier d'inscription:

- un certificat médical de moins de 3 mois au 16 septembre 2019 ou questionnaire santé à remplir pour une réinscription.
- 1 photo d'identité
- 1 enveloppe 11 cm X 22 cm timbrées au tarif en vigueur sans adresse

En tant qu'association régie par la loi de 1901 et non une société de service, toute cotisation perçue par le CSN Noisy le Grand, ne pourra être remboursée.

Nous rappelons que cette somme correspond à une adhésion à une association et en aucun cas à une prestation de service.

Club des Sports Nautiques de Noisy le Grand

48, rue Roger CAILTEUX 93160 NOISY LE GRAND

Téléphone: 06 89 51 53 29

Email: csnatation.nlg@free.fr

Agrément Jeunesse et sports **93SP461**

Site internet: <http://csnoisylegrandnatation.fr>

Informations saison 2019 - 2020



Test et inscription sur rendez-vous

le 9 septembre 2019 de 17h45 à 19h30

Reprise des activités à partir du 16 septembre 2019

pour tous les groupes sauf pour le groupe Avenir compétition: le 10 septembre 2019, le groupe compétition Jeune, le 4 septembre et Junior - Sénior compétition le 2 septembre 2019.

Centre Aquatique Les Nymphéas

3 Avenue Emile COSSONNEAU 93160 NOISY LE GRAND

SAISON 2019 / 2020



Club des Sports Nautiques de Noisy le Grand
Club labélisé ENF et Développement par la FFN



Notre association se concentre sur la natation course de compétition mais en passant par les stades du développement à long terme du nageur.

La condition d'accès au club pour les plus jeunes est la réussite d'un test :

« savoir sauter dans le grand bain sans ceinture, se déplacer 10 m sur le ventre et 10 m sur le dos. »

Groupes	Objectifs	Finalités
PRE-AVENIRS, & AVENIR 1	S'amuser grâce au sport Des expériences agréables, gratifiantes et progressives. Découverte des 5 disciplines de la FFN: La natation course, la natation synchronisée, le water polo, le plongeon et la nage avec palmes	 Obligatoire pour l'accès aux compétitions pour les 2004 & après.
AVENIR	Apprendre à s'entraîner « L'âge d'or de l'apprentissage » des habiletés spécifiques au sport. Importance de l'entraînement et attention spéciale sur les gestes techniques généraux et variés et la pratique de toute les nages.	
JEUNE	S'entraîner à s'entraîner Développer les acquis techniques obtenus précédemment. Favoriser le travail d'endurance et les fondamentaux de la course. Objectif nager vite et bien.	Compétitions départementales par équipes ou individuelles. Natathlon avec finale Départementale, Régionale et Nationale: Trophée national Lucien ZINS
JUNIOR - SENIOR	S'entraîner à la compétition Période de grosse progression Développement de la technique par le développement des qualités physiques. Programme optimisé pour la meilleure performance.	Selon leur niveau les nageurs participent aux compétitions départementales, régionales, interrégionales et nationales.
	S'entraîner à gagner	
MASTERS	Continuer la compétition pour les nageurs de + de 25 ans	compétitions départementales, régionales et nationales.

Les Groupes et Horaires

Ecole de Natation Française



Pré Avenir	Mercredi	16h30 - 17h30
Avenir 1	Lundi & Vendredi	17h30 - 18h15

Perfectionnement

Jeune 1	Mardi	18h00 - 19h00
	Jeudi	19h30 - 20h30
Junior 1	Mardi	19h00 - 20h00
	Jeudi	20h30 - 21h30
Ado Perfectionnement	Lundi et Mercredi	19h45 - 20h45
Adulte Perfectionnement	Mardi	20h15 - 21h15

Compétition



Avenir	Mardi	18h00 - 19h00
	Mercredi	18h45 - 19h45
	Vendredi	18h30 - 19h30
Jeune	Lundi	18h15 - 19h30
	Mardi	19h00 - 20h00
	Mercredi	17h30 - 19h00
	Vendredi	18h15 - 19h30
Junior - Sénior	Lundi (PPG obligatoire)	18h30 - 19h30
	Lundi	19h30 - 21h00
	Mercredi	19h00 - 20h45
	Jeudi	18h30 - 20h00
	Vendredi	19h30 - 21h00
Master	Mardi	20h00 - 21h30
	Jeudi	20h00 - 21h00