

Adulte



Pour les adultes déjà nageurs désireux de se perfectionner
et pratiquer une activité sportive régulière

Saison
2024 - 2025

Prérequis	Groupe	Objectif	Créneaux	Code	Cotisation
Savoir faire 1 à 2 nages sur 100m	Adulte 1	Amélioration de la technique et de l'endurance dans une ambiance conviviale	Lundi 19h00 - 19h40	ADU1A	360 €
			Mardi 19h40 - 20h30	ADU1B	
			Mardi 20h30 - 21h30	ADU1C	
			Samedi 9h00 - 10h00 (été 50m ext) /7h50 - 8h40 (hiver 25m int)	ADU1D	
Savoir faire 3 nages sur 200m + 50 m papillon	Adulte 2	Amélioration de la technique et de l'endurance, aborder la technique du papillon dans une ambiance conviviale	Lundi 19h40 - 20h30	ADU2A	360 €
			Mardi 19h40 - 20h30	ADU2B	
			Mardi 20h30 - 21h30	ADU2C	
			Mercredi 13h00 - 13h45	ADU2D	
			Mercredi 13h45 - 14h30	ADU2E	
			Jeudi 7h00 - 8h00	ADU2F	
			Samedi 8h00 - 9h00 (été 50m ext) /7h00 - 7h50 (hiver 25m int)	ADU2G	
Samedi 9h00 - 10h00 (été 50m ext) /7h50 - 8h40 (hiver 25m int)	ADU2H				
Savoir faire 3 nages sur 200 m	Adulte matin	Amélioration de la technique et de l'endurance, aborder la technique du papillon dans une ambiance conviviale	Mardi 7h00 - 8h00 et Jeudi 7h00 - 8h00	ADUMAT	395 €
Savoir faire 1 à 2 nages sur 100m Multi-niveaux	Adulte saisonnier Bassin extérieur 50m	Nager durant les périodes d'ouverture du bassin de 50 m extérieur	Lundi 19h40 - 20h30	ADUEXT1	100 €
			Mercredi 18h00 - 19h00	ADUEXT2	
			Jeudi 19h00 - 19h50	ADUEXT3	
			Jeudi 19h50 - 20h30	ADUEXT4	
Savoir faire 1 à 2 nages sur 100m Multi-niveaux	Adulte vacances Toussaint, hiver, printemps	Continuer de nager durant les vacances scolaires	3 soirs chaque vacances	ADUVAC	100 €

Licence "Natation pour tous" incluse