

AQUABIKING- AQUATRaining (nouvelle activité)

Séances encadrées et animées par un maître nageur sauveteur diplômé d'état.

4 sessions de 8 séances chacune, de septembre à juin.

Créneaux :

	12h30-13h10	17h30-18h10	18h30-19h10	19h20-20H00
Mardi			aquabiking	aquatrainig
Jeudi				aquabiking
Vendredi	aquabiking	aquatrainig	aquabiking	

Inscription : auprès des caissières,

Tarif (*) : 100 € la session de 8 séances (entrées comprises).

NB : possibilité de s'inscrire à la séance en cas de session incomplète ; tarif : 13€ la séance.

STAGE D'AQUAPHOBIE

Vaincre la peur de l'eau et de la profondeur

Séances : 5 séances de 45mn du lundi au vendredi pendant les petites vacances scolaires (horaires à préciser).

Dates et inscription : se renseigner auprès des maîtres nageurs.

Tarif (*) : 76,00 € (entrée comprise).

DANSE AQUATIQUE ARTISTIQUE

Activité, ouverte à toute personne sachant nager au minimum 3 nages.

Entraînements :

Les mercredis de 15h00 à 16h00 (*)
et 1 samedi sur 2 de 16h00 à 17h30 (*)
(* sous réserve de modification)

Inscription et tests :

en septembre, se renseigner auprès des caissières.

Tarif : non déterminé.

AUTRES ACTIVITES

COURS PARTICULIERS

Inscription : auprès des maîtres nageurs ou par téléphone au 04.50.98.20.50 poste 4.

Tarifs : entrée payante, à la caisse / pour les cours : se renseigner auprès des M.N.S.

GYMNASTIQUE AQUATIQUE

✓ GAC (Gymnastique Aquatique Clusienne)

Mme YANEZ-REY 06 79 12 87 33

✓ AMARVA (à partir de 55 ans)

Mr LEMERY 04 50 98 45 25

CLUB NAUTIQUE DES SCOUTS DE LA REGION DE CLUSES

✓ Mr FRESNEL (entraîneur) : 06 59 28 83 34

SUBAQUA CLUB

✓ Mr MEDARD (Président) : 07 83 26 77 87

PREPARATION A LA NAISSANCE

✓ Me LEGENDRE (Sage-femme) : 06 48 17 78 93

CENTRE NAUTIQUE INTERCOMMUNAL



Photo Cluses Images Numériques

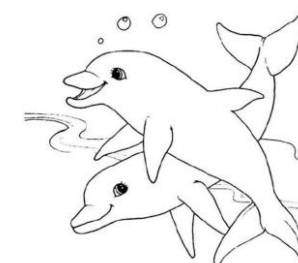
80, rue Carnot 74300 CLUSES

T. 04 50 98 20 50

www.siova.fr

INFORMATIONS ACTIVITES

2^{ème} semestre 2016



NATATION-LOISIRS

PROCHAINE SESSION

- du samedi 17 septembre 2016 au samedi 14 janvier 2017.
- soient 14 séances de 55 min le samedi matin de 10h30 à 11h25.

Modalités :

Maîtrise de deux nages (brasse et dos crawlé)
Groupe de 16 enfants maximum.

Tarif (*) :

89,00 € (acompte de 20 euros demandé à l'inscription), entrée non comprise.

Inscriptions-Renseignements

Auprès des caissières
pendant les heures
d'ouverture au public

Evaluations

Auprès des maîtres nageurs
pendant les heures
d'ouverture au public

COURS DE NATATION COLLECTIFS

PROCHAINES SESSIONS

Séances de 2 séances/semaine : de 17h30 à 18h10 (lundi-vendredi, mardi-jeudi ou mercredi-vendredi)

-cours 0 (débutants) : du mardi 06 sept. au jeudi 03 nov. 2016.

-cours 1 (apprentissage du dos crawlé, de la brasse et du plongeon) : du mardi 06 sept. au jeudi 03 nov. 2016.

-cours 2 (apprentissage des 4 nages) : du lundi 05 sept. au vendredi 04 nov. 2016.

-cours 3 (perfectionnement) : du mercredi 07 sept. (13h30-14h10) au vendredi 04 nov. 2016.

Séances d'1 séance/semaine : les mercredis après-midi, du 07 sept. 2016 au 11 janvier 2017.

- cours 0, 1 : de 14h15 à 14h55

- cours 2 : de 13h30 à 14h10

Modalités : cycle de 14 séances de 40 mn au rythme de 2/semaine ou 1/semaine.

Groupe de 12 enfants maximum.

Tarif (*) : 78,00 € (acompte de 20 euros demandé à l'inscription), entrée non comprise.

JARDIN AQUATIQUE

NOUVELLE FORMULE

- le samedi matin de 10h00 à 12h00 (toute l'année sauf grandes vacances scolaires)

Modalités : activité ouverte aux enfants de 3 ans à 6 ans. Participation d'un parent obligatoire.

Tarif : entrées payantes, activité gratuite.

Le bassin d'apprentissage est aménagé avec du matériel pédagogique adapté à l'enfant : tapis, pont flottant, maison, toboggan, bateau, frites ...

Le jardin aquatique permet à l'enfant de se familiariser avec le milieu aquatique tout en partageant un moment ludique avec ses parents.

LA PANIERE A BEBE

Tous les dimanches matins

- Pour les petits de 6 mois à 3 ans. Idéal pour habituer l'enfant à l'environnement de la piscine.