

## ENF Ecole de Natation

Etape 1 (45 minutes)  230 €



Lundi	16h15
Mardi	16h15 ou 17h00 ou 17h45
Mercredi	14h15
Jeudi	16h15 ou 17h00* ou 17h45*
Vendredi	16h15

Etape 2 (55 minutes)  260 €

Lundi	16h15
Mardi	16h15 ou 17h10 ou 18h05
Mercredi	14h10
Jeudi	16h15 ou 17h10 ou 18h05*
Vendredi	16h15

\*Enfants "DYS"

Etape 1 et Etape 2

Etape 3 et 4   270 €

Lundi	16h15
Mardi	16h15 ou 17h10 ou 18h05
Mercredi	14h10
Jeudi	16h15 ou 17h10 ou 18h05
Vendredi	16h15

Cours de 55 minutes

+ préparation le mercredi de 15h15-16h30

(cf. dépliant)

## LOISIRS Adolescents - Adultes

Adolescents 240 € - 1 cours /semaine  
300 € - 2 cours /semaine

Mercredi 17h00 ou 18h00  
Samedi 10h00

+ Prépa-physique (Renforcement musculaire)  
le lundi de 18h à 19h moyennant un suppl. de 60 €

Prépa Bac 170 €

Samedi 9h00

Adultes 240 €

Mardi	20h00 (Débutant +)
Jeudi	12h00 (Débutant -)
	20h00 (Perfection -)
Vendredi	17h00 (Débutant -)
	18h00 (Débutant +)
	19h00 (Perfection -)
	20h00 (Débutant - / Perfection +)
Samedi	10h00 (tous niveaux)

D - = 1 nage P - = 3 nages  
D + = 2 nages P + = 4 nages

SPORTLYGREF 60 €

Samedi 11h00 à 12h00

## NAGE AVEC PALMES

 240 €

Mercredi 19h45 à 21h30

Proposé par notre partenaire LE CONGRE ouvrant

droit à la plongée (baptême mensuel)

## AQUAFORM / AQUAFITNESS

Petit Bassin 200 € - 1 cours /semaine  
300 € - 2 cours /semaine

Lundi	12h15 : Aquaform** 20h00 : Aquaform**
Mardi	12h15 : Aquaform 18h30 : Aquaform 19h15 : Aquaform
Mercredi	20h00 : Aquaform 12h15 : Aquaform 13h00 : Aquaform
Jeudi	18h30 : Aquaform 19h15 : Aquaform 20h00 : Aquaform en musique
Vendredi	12h15 : Aquaform

\*\* cours amené à évaluer

Grand Bassin

Mercredi	17h15 : Aquaform 18h00 : Aquaform
----------	--------------------------------------

## AQUAPHOBIE

Petit Bassin 200 €

Vendredi 20h00

## CARTE 10 SEANCES

100 € - 10 séances+licence  
70 € - 10 séances suppl.

Petit Bassin

Lundi	12h15
Mardi	19h15 ou 20h00
Mercredi	13h00
Vendredi	12h15

Grand Bassin

Mercredi	17h15 ou 18h00
----------	----------------

## NATATION COURSE

Précompétition 285 €

Lundi	16h00 à 17h30 / 17h00 à 18h00
Mardi	16h00 à 17h30/ 18h à 19h00
Mercredi	12h à 13h30
Jeudi	16h00 à 17h30 / 18h à 19h00

(2 à 3 entrainements/semaine)

Compétition Jeune 385 €

Lundi	16h00 à 18h00 / 18h00 à 19h30
Mardi	16h00 à 18h00 / 19h00 à 20h30
Mercredi	13h30 à 15h00
Jeudi	16h00 à 18h00 / 19h00 à 20h30
Vendredi	16h00 à 18h00 / 18h00 à 19h30

(3 entrainements min.)

Toutes catégories 385 €

Lundi	16h à 18h / 18h à 19h30
Mardi	6h à 7h30 / 16h à 18h / 19h à 21h
Mercredi	6h00 à 7h30 (Bron) / 12h00 à 15h
Jeudi	6h à 7h30 / 16h à 18h / 19h à 21h
Vendredi	6h à 7h30 / 16h à 18h / 18h à 19h30

MAITRES / + séance le matin 6h00 à 7h 275 €

Mardi	19h30 à 21h (avec 15' à sec à 19h30)
Mercredi	12h à 13h30
Jeudi	19h30 à 21h (avec 15' à sec à 19h30)
Samedi	11h à 12h30

MAITRES (Séance 1 fois/semaine) 195 €

Mercredi	12h à 13h30
Samedi	11h à 12h30

## NATATION SYNCHRONISEE

Avenir 270 €

Mercredi	15h00 à 16h00 : Prépa physique 16h00 à 17h00 : Gym
Samedi	11h00 à 12h00 : Prépa physique 12h30 à 14h00 : Synchro

Jeunes 350 €

Lundi	18h30 à 19h00 : Prépa physique 19h00 à 21h00 : Synchro
Mercredi	15h00 à 16h00 : Gym 16h00 à 17h00 : Natation courses
Samedi	11h00 à 12h00 : Prépa physique 12h30 à 14h00 : Synchro

Juniors 350 €

Lundi 1/2	18h30 à 19h00 : Prépa physique 19h00 à 21h00 : Synchro
Mercredi	15h00 à 16h00 : Gym 16h00 à 17h00 : Natation courses
Vendredi	18h30 à 21h00 : Synchro
Samedi 1/2	11h00 à 12h00 : Prépa physique 12h30 à 14h00 : Synchro

Seniors 260 €

Lundi	19h00 à 19h30 : Prépa physique 19h30 à 21h00 : Synchro
Samedi	Autonomie 12h00 à 12h30 : Ballet à sec 12h30 à 14h00 : Synchro

Loisirs Jeunes Juniors 270 €

Mercredi	15h00 à 16h00 : Natation courses 16h00 à 17h00 : Gym
Vendredi	18h30 à 21h00 : Synchro

## NOS COORDONNEES

# Activités Saison Sept. 2017 Juin 2018

Tel : **04 78 90 48 31**

Mail : [chassieu.natation@orange.fr](mailto:chassieu.natation@orange.fr)

Site : <http://www.chassieunatation.fr>

Pour toute inscription :

A la piscine :  
Pour les horaires voir sur le site internet

Au FORUM DES ASSOCIATIONS :

Le samedi 2 septembre  
de 9h00 à 16h00  
au stade Tisserand