

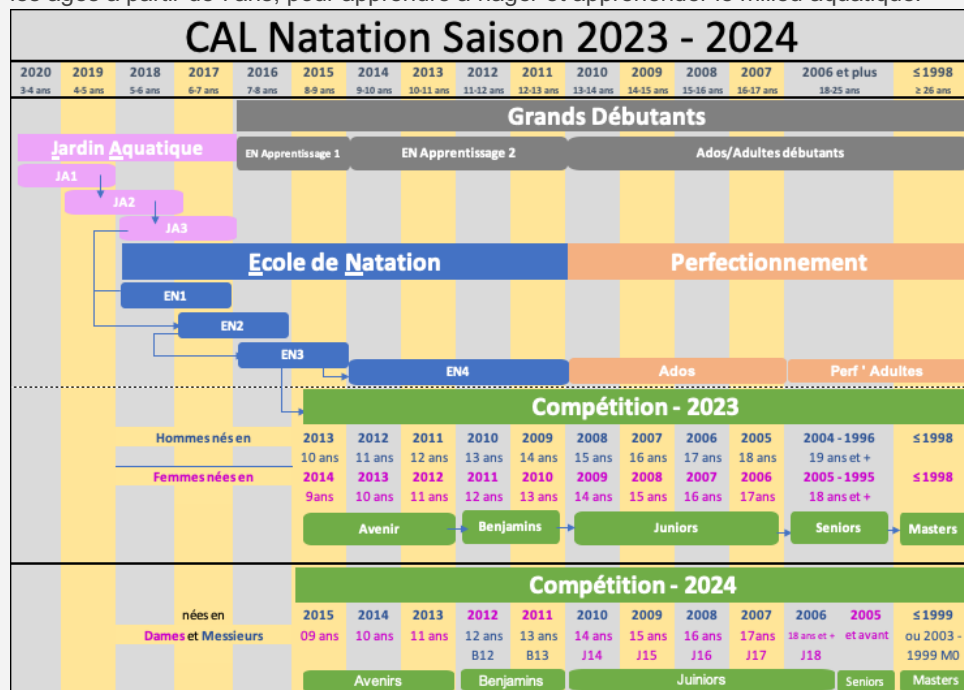


## Présentation du CAL Natation :

Le Club est géré administrativement par une équipe de bénévoles qui est élue en Assemblée Générale tous les 2 ans. Toute personne (parent, grands-parents, nageur majeur...), peut intégrer le CA et participer à la vie du club.

Les entraîneurs, tous diplômés, assurent des cours de qualité aux adhérents.

Les cours sont proposés pour tous les âges et toutes les envies, dans différents pôles : le "Jardin Aquatique" pour les plus petits, afin d'acquérir la connaissance du milieu aquatique, puis "l'École de Natation" permet l'apprentissage progressif des quatre nages. Naturellement, ceux qui en ont les capacités et l'envie peuvent évoluer vers le pôle **Compétition**, tandis que les autres s'épanouiront tout en se perfectionnant dans le pôle "Perfectionnement". Pour n'oublier personne, le pôle "Grands débutants", accueille tous les âges à partir de 7ans, pour apprendre à nager et appréhender le milieu aquatique.



## Les démarches vers l'inscription :

### 1/ Se Pré inscrire

Déposer une demande de préinscription auprès d'un membre du CAL NATATION et prendre un rdv pour 1 test afin de définir le groupe en fonction du niveau du nageur.

### 2/ Choisir une date pour passer 1 Test de natation

Des créneaux de tests vous sont proposés :  
Se rapprocher d'un membre du CAL NATATION

### 3/ Venir passer le test à la piscine au jour et à l'heure choisie

Apporter :  
 1 maillot de bain                       1 bonnet **obligatoire**  
 des lunettes (en fonction de chacun)

Les parents accompagnants pourront accompagner (si nécessaire) les enfants dans les vestiaires, <sup>et/ou</sup> accéder aux gradins.

### 4/ Répondre à l'appel d'un bénévole et choisir son créneau

Une fois le test passé, nous avons besoin de quelques jours pour constituer les groupes avec les entraîneurs et prioriser les demandes en fonction de votre n° de pré- inscription (qui dépend de votre heure d'arrivée au forum). Vous serez alors rappelé par un bénévole pour connaître la proposition de groupe et choisir le(s) créneaux.

### 5/ ➤ Créer son compte sur Swim Community,

**a/ Pour finaliser l'inscription vous devez créer votre compte sur [calnatation.swim-community.fr](https://calnatation.swim-community.fr)** (procédure sur <https://calnatation.fr/informations-utiles/inscriptions>)

### ➤ Ajouter les documents obligatoires et,

**b/ Vous devez déposer sur votre compte, avant le 1<sup>er</sup> entraînement (et ainsi être assuré):**

### ➤ Effectuer le règlement avant le 1er entraînement

- Pour les mineurs, questionnaire de santé et Formulaire de licence (pour loisir ou compétition).
- Pour les adultes Formulaire de licence pour les loisirs et Formulaire de licence et certificat médical pour la compétition.

Tous les documents sont téléchargeables sur le <https://calnatation.fr/informations/inscriptions>

c/ **Le paiement** peut être effectué par virement bancaire, par CB (sur le Swim Community), par chèques (4 max), en espèces (prévoir l'appoint), avec des coupons sport (totalité ou une partie).

Informations

<https://calnatation.fr>

Questions

cal.natation@gmail.com

Adresse Piscine de l'Haÿ-les-Roses

21 rue du Hameau  
94240 l'Haÿ-les-Roses



## Tarifs :

| Pôle                                 | Groupes  | Cotisation +<br>Licence FFN                  |
|--------------------------------------|--|--|
| COMPÉTITION                          | Avenirs  | 391 + 39 = 430€                              |
|                                      | Jeunes, Benjamins, Seniors                                 | 391 + 55 = 446€                              |
|                                      | Masters  | 298 + 55 = 353€                              |
| PERFECTIONNEMENT                     | Ados (≥ 16 ans)<br>Perf ' Adultes (1 séance ou 2 le matin) | 265 + 15 = 280€                              |
|                                      | Perf ' Adultes (2 séances)<br>Perf ' Adultes (3 séances)   | 265 + 15 + 50 = 330€<br>265 + 15 + 90 = 370€ |
|                                      | EN Apprentissage (1 & 2)<br>Ados débutants (≤ 15 ans)      | 265 + 27 = 292€                              |
| GRANDS DÉBUTANTS<br>(ADOS & ADULTES) | Adultes débutants (≥ 15 ans)                               | 265 + 15 = 280€                              |
|                                      | ÉCOLE DE NATATION  | EN1, EN2, EN3, EN4                           |
| JARDIN AQUATIQUE                     | JA1, JA2, JA3  | 265 + 27 = 292€                              |

RÉDUCTION FAMILLE : 2e inscrit : -9€, 3e inscrit : -27€, 4e inscrit : -54€

### ! ATTENTION !

- **En adhérent au club, vous acceptez son règlement intérieur** (disponible sur le site: <https://calnatation.fr/le-club/reglement-interieur>)
- **L'inscription est ferme et définitive, aucun remboursement ne sera effectué** (En cas d'empêchement de la pratique pour cause sanitaire, un dédommagement sera étudié par le CA en fonction de la situation).
- **Les documents obligatoires sont à téléverser en ligne sur votre compte [Swim Community](#).**
- **Le paiement par chèque ou espèces doit être remis à un bénévole du CAL contre échange d'un reçu et une signature de l'adhérent attestant le dépôt.**
- **En l'absence des documents et du paiement, le nageur ne sera pas admis dans l'eau car non assuré.**

## Créneaux

### Jardin Aquatique :

#### JA 1 (2019-2020 / 3-4 ans)

Samedi / 1 séance de 1h par semaine

12h30->13h30

13h30->14h30

14h30->15h30

#### JA 2 (2018-2019 / 5-6 ans)

Samedi / 1 séance de 1h par semaine

12h30->13h30

13h30->14h30

#### JA 3 (2017-2018 / 6-7 ans)

Samedi / 1 séance 1h par semaine

12h30->13h30

13h30->14h30

### Grands Débutants :

| Lundi   | Mardi        | Mercredi                         | Samedi       |
|---|--------------|----------------------------------|--------------|
| <b>Apprentissage 1 (2015-2016 / 7-9 ans) / 1 séance de 1h par semaine</b>   |              |                                  |              |
| 17h->18h  |              | 10h->11h<br>17h->18h<br>18h->19h | 14h30->15h30 |
| <b>Apprentissage 2 (2011-2014 / 10-13 ans) / 1 séance de 1h par semaine</b> |              |                                  |              |
| 18h->19h  |              | 11h->12h<br>16h->17h             | 14h30->15h30 |
| <b>Ados/Adultes débutants (&gt; 14 ans) / 1 séance de 1h par semaine</b>    |              |                                  |              |
|   | 20h15->21h15 |                                  |              |
| <b>Adultes débutants - 1 séance de 1h par semaine</b>                       |              |                                  |              |
|   |              |                                  | 7h45 - 9h    |
| <b>Adultes débutants intermédiaires / 1 séance de 1h par semaine</b>        |              |                                  |              |
|   |              | 19h30->20h30                     |              |



## École de Natation :

| Lundi  | Mardi    | Mercredi matin       | Mercredi après midi  | Samedi                       |
|--|----------|----------------------|----------------------|------------------------------|
| <b>EN1 (2017-2018 / 5-7 ans) / 1 séance 1h par semaine</b>                                       |          |                      |                      |                              |
| 17h->18h   |          | 09h->10h<br>11h->12h | 16h->17h<br>18h->19h | 14h30h->15h30                |
| <b>EN2 (2016-2017 / 6-8 ans) / 2 séances obligatoires de 1h par semaine (lun/mer ou mer/sam)</b> |          |                      |                      |                              |
| 17h->18h   |          | 9h->10h              | 17h->18h             | 13h30->14h30                 |
| <b>EN3 (2015-2016 / 7-9 ans) / 1 séance de 1h par semaine</b>                                    |          |                      |                      |                              |
|  |          | 10h->11h             |                      |                              |
| <b>EN3 (2015-2016 / 7-9 ans) / 2 séances obligatoires de 1h par semaine (recommandé)</b>         |          |                      |                      |                              |
| 18h->19h<br>18h->19h   |          |                      | 16h->17h<br>18h->19h |                              |
| <b>EN4 (2011-2014 / 9-13 ans) / 1 ou 2 séances de 1h par semaine</b>                             |          |                      |                      |                              |
|  | 18h->19h | 10h->11h             |                      | 12h30->13h30<br>14h30->15h30 |

## Perfectionnement :

| Lundi  | Mardi        | Mercredi     | Vendredi   | Samedi                       |
|--|--------------|--------------|------------|------------------------------|
| <b>Ados (2007-&gt;2010 / 13-17 ans) / 1 - 2 ou 3 séances de 1h par semaine</b>                 |              |              |            |                              |
| 19h30->21h00   |              | 19h00->20h00 |            | 12h30->13h30<br>14h30->15h30 |
| <b>Perf ' Adultes soir (≤ 2006) / 1 séance de 1h par semaine (+1-2 séances supl. possible)</b> |              |              |            |                              |
| 21h->22h15   | 21h15->22h30 | 19h->20h15   |            | 9h->10h15<br>10h15->11h30    |
| <b>Perf Adultes matin (≤ 2006) / 2 séances - David</b>   |              |              |            |                              |
|  |              | 7h30->8h45   | 7h30->8h45 |                              |

## Pôle Compétition :

| Lundi  | Mardi       | Mercredi    | Jeudi       | Vendredi      | Samedi    |
|--|-------------|-------------|-------------|---------------|-----------|
| <b>Avenirs (Garçons 2011-2013 / Filles 2012-2014)</b>                                      |             |             |             |               |           |
| 18h->19h30   |             | 16h->17h    | 17h->18h30  |               |           |
| <b>Benjamins (Garçons 2009-2010 / Filles 2010-2011)</b>                                    |             |             |             |               |           |
| 18h->19h30*  |             | 17h->19h    | 19h->20h*   | 17h30->19h15  |           |
| <b>Juniors / Seniors (Garçons 1996-2008 / Filles 1995-2009) (séances de PPG à prévoir)</b> |             |             |             |               |           |
| 19h->21h*  | 19h00->21h* | 17h->19h30* | 19h->20h45* | 19h15->20h45* | 7h30->9h* |
| <b>Masters (≤ 1998) **</b>   |             |             |             |               |           |
| 21h->22h15   | 21h->22h30  |             | 20h45->22h  |               |           |

\* Prévoir une séance de musculation avant l'entraînement ou après (samedi matin)

\*\* possibilités d'entraînement les mardi, jeudi et samedi de 7h30 à 9h à voir avec l'entraîneur