

# NAGEZ FORME SANTÉ

## La natation c'est LE sport santé !

Le milieu aquatique apporte de nombreux bienfaits

- développement des capacités respiratoires
- amélioration de la mobilité articulaire
- renforcement musculaire global
- diminution des tensions musculaires
- réduction du stress, développement de la confiance en soi, entretien du lien social
- et bien d'autres encore ...



L'activité Nagez, Forme, Santé est ouverte à toute personne, nageuse ou non nageuse, présentant une pathologie chronique (diabète, maladies respiratoires, cancer, maladies ostéoarticulaires, cardio-vasculaires, neurodégénératives, personnes âgées, ...) et désirant pratiquer une activité physique avec un encadrant diplômé et compétent.

lundi-jeudi : 8h-9h

mardi : aquagym douce 8h-9h

mercredi 9h-10h

jeudi : 11h-12h

**HORAIRES**

- 1 à 2 séances/semaine : 275 €
- 2 à 4 séances/semaine : 300 €

**TARIFS**

## PRATIQUE

### Prérequis pour l'inscription

- Avant 6 ans : se mettre à l'eau sans appréhension avec ou sans matériel.
- Après 6 ans : être AUTONOME dans l'eau, être capable de se mettre à l'eau sans appréhension, de se déplacer sur et sous l'eau en grande profondeur, sans technique de nage particulière et sans matériel, en contrôlant sa respiration.
- Pour les nouvelles inscriptions (BABYS et débutants), un test de niveau sera effectué lors des 1ères séances. Le choix des horaires est soumis au nombre de places disponibles et à la validation auprès des entraîneurs.
- La cotisation annuelle comprend les entraînements, l'entrée à la piscine, la licence FFN, l'adhésion au Stade Clermontois Omnisports ainsi qu'un bonnet de bain.
- L'adhésion au Stade Clermontois Natation comprend le prix de la cotisation et le prix de la licence obligatoire de la FFN.
- Le tarif est dégressif dès la 2ème inscription dans la même famille hors groupe des BABYS. La réduction est de 25 € par adhésion supplémentaire.
- Le club accepte le règlement par chèque, espèces, ANCV, coupons sport et les prélèvements SEPA via MonClub.
- Il est possible de fractionner le règlement en 2 à 3 fois sans frais, sous condition que l'ensemble des chèques soient établis à l'avance et remis lors de l'inscription.

### Pièces à fournir

- Formulaire de licence FFN, fiche de règlement intérieur, autorisation de prise de vue, règlement complet de la cotisation annuelle, certificat médical ou questionnaire de santé selon les cas.
- Photocopie du mail envoyé par le Ministère pour le PASS SPORT ou la photocopie du PASS REGION en cours de validité saison 25-26.
- Le dossier complet est à télécharger sur notre site : [www.scnatation.org](http://www.scnatation.org) ou sur demande par mail à [scnat@wanadoo.fr](mailto:scnat@wanadoo.fr)
- Inscription en ligne sur MonClub : toutes les infos [www.scnatation.org](http://www.scnatation.org)

Les dossiers d'inscription parvenus par courrier ne seront pas pris en compte.

Une période d'essai de 15 jours est prévue pour les nouveaux inscrits : aucun remboursement ne sera effectué après cette période.

Officiels : voir Règlement Intérieur 23-24, article 04

Le secrétariat est ouvert  
lundi, mercredi et jeudi 13h30-18h00  
mardi 8h30-12h00 - vendredi 8h30-11h30

## INSCRIPTIONS 2025-2026



**UNIQUEMENT  
LES RENOUVELLEMENTS  
du lundi 23 au samedi 28 juin**

**STADE NAUTIQUE  
PIERRE DE COUBERTIN  
1er étage à gauche**

du lundi au vendredi 16h30-19h  
le mercredi 14h-17h  
le samedi 10h-14h

**PISCINE JACQUES MAGNIER**  
24 juin 17h-20h  
25 juin 12h-14h et 16h-17h  
26 juin 17h-20h

**RENOUVELLEMENTS  
ET INSCRIPTIONS  
du lundi 25 août  
au samedi 6 septembre**

**STADE NAUTIQUE  
PIERRE DE COUBERTIN  
1er étage à gauche**

lundi-vendredi 16h30-19h00  
mercredi 16h30-20h  
samedi 10h00-14h00

**PISCINE JACQUES MAGNIER**  
du lundi 1er au jeudi 4 septembre  
16h-18h

**REPRISE DES COURS  
LUNDI 8 SEPTEMBRE**

[www.scnatation.org](http://www.scnatation.org)  
mail : [scnat@wanadoo.fr](mailto:scnat@wanadoo.fr)