



NAGEZ FORME SANTÉ



NOUVEAUTÉ



### 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 ...



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

### Horaires au Stade Nautique Pierre de Coubertin :

#### NAGEZ FORME SANTE

Lundi – Mercredi – Jeudi 8h à 9h  
Mardi : Aquagym douce 8h à 9h

#### Tarifs :

1 à 3 séances / semaine : 240 €

1 à 4 séances / semaine : 290 €

Période d'essai 15 jours

## Informations pratiques

Fondé en 1962, le Stade Clermontois Natation dispose de deux piscines :  
- Le Stade Nautique Pierre de Coubertin avec un bassin de 50 mètres et un de 33 mètres  
- La Piscine Jaques Magnier (Flamina) avec un bassin de 25 mètres.

### Pré-requis pour une 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. Dans tous les cas, les 15 premiers jours font office de période d'essai pour les nouvelles inscriptions.

Pour les nouvelles inscriptions (Baby et Débutant), un test de niveau sera effectué lors des premières séances.  
Le choix des horaires est soumis au nombre de places encore disponibles lors de l'inscription et validation auprès des entraîneurs.

La cotisation annuelle comprend les entraînements, l'entrée à la piscine, une 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 + le prix de la licence obligatoire reversée à la FFN.

Le tarif est dégressif à partir de la 2<sup>ème</sup> personne de la même famille inscrite (**or groupe Baby**). La réduction est de 25 € par adhérent supplémentaire (fratrie et parents).

Le club accepte le règlement par chèques, espèces, ANCV, coupons sports et les participations des comités d'entreprises.

Il est possible de fractionner le règlement de la cotisation en 2 ou 3 fois, sans frais sous condition que l'ensemble des chèques soient établis à l'avance et remis lors de l'inscription pour être ensuite encaissés les 3 mois suivant l'inscription.

### Pièces à fournir :

- Formulaire de licence FFN\* ; - Fiche règlement intérieur\* ;
- Autorisation de prise de vues\* ;
- Règlement complet de la cotisation.
- Certificat médical d'aptitude à la natation \*\* ou questionnaire de santé

\* Ces formulaires sont disponibles en téléchargement sur notre site Internet <http://www.scnatation.org>

\*\* Valable 3 ans si la mention « natation en compétition » est notée

Les inscriptions parvenues par courrier ne seront pas prises en compte. Aucun remboursement de cotisation ne sera effectué après 15 jours d'essai.

Officiels : voir règlement intérieur 21/22, article 04

*Aucun dossier INCOMPLET ne sera accepté.*

### Horaires du secrétariat :

Lundi : 9h15-12h30 / 13h-18h30 ; Mardi : 9h15-12h00  
Jeudi : 13h-18h30 ; Vendredi 9h15-12h15

STADE CLERMONTOIS



Inscriptions  
Saison 2021-2022



NOUVEAUTÉ



Nagez Forme Santé

### Renouvellements et inscriptions :

#### Stade Nautique Pierre de Coubertin :

(Inscription au 1<sup>er</sup> étage du Stade nautique Pierre de Coubertin)

Du lundi 23 au vendredi 27 août 2021

UNIQUEMENT LES RENOUVELLEMENTS

De 16h30 à 19h00 (mercredi jusqu'à 20h00)

Du Lundi 30 août au samedi 11 septembre 2021

RENOUVELLEMENTS ET NOUVELLES INSCRIPTIONS

Lundi – Mardi – Jeudi – Vendredi : 16h30 à 19h00

Mercredi 16h30 à 20h00 – Samedi 10h00 à 14h00

#### Piscine Jacques Magnier :

Lundi 06, mardi 07, jeudi 09 et vendredi 10

septembre 2021

De 16h00 à 18h30

### Reprise des cours le 13 septembre 2021

(Sauf Elite et groupes compétition, se renseigner auprès de votre entraîneur)

**Apprendre à nager dès le plus jeune âge**

Dès 3 ans et demi, nous accueillons votre enfant afin de le rendre autonome dans le milieu aquatique (*prérequis : ne pas avoir d'appréhension du milieu aquatique avec ou sans matériel*). Puis, à partir de 5 ans et à condition d'être autonome dans l'eau en grande profondeur et sans matériel, il accède aux groupes d'école de natation. Chaque année, il évolue dans les groupes et apprend les différentes techniques de nages. A la fin du parcours en école de natation française, il est dirigé vers les groupes compétition ou loisirs.

<b>T A R I F S</b>	Baby Nageurs	227 €
	Ecole de Natation 1	252 €
	Ecole de Natation 2	252 €
	Ecole de Natation 3	264 €
	Natajeunes	252 €

**Horaires au Stade Nautique Pierre de Coubertin :**
**BABY NAGEURS (1 fois / semaine)**

Lundi – Mardi – Jeudi – Vendredi 17h à 18h  
Mercredi 16h à 17h – 17h à 18h

**ECOLE DE NATATION 1 (1 à 2 fois / semaine)**

Lundi – Mardi – Jeudi – Vendredi 18h à 19h

**ECOLE DE NATATION 2 (2 à 3 fois / semaine)**

Lundi – Mardi – Jeudi – Vendredi 17h à 18h

**ECOLE DE NATATION 3 (3 fois / semaine)**

Lundi – Mardi – Jeudi – Vendredi 18h à 19h

**NATAJEUNES (1 à 2 fois / semaine)**

Mercredi 16h à 17h – 17h à 18h  
Samedi – 13h à 14h – 14h à 15h

**Horaires à la piscine Jacques Magnier :**
**BABY NAGEURS**

Mercredi 16h à 17h – Jeudi 17h à 18h

**ECOLE DE NATATION 1**

Mardi – Jeudi 18h à 19h – Mercredi 13h à 14h

**ECOLE DE NATATION 2**

Lundi – Vendredi 18h à 19h – Mercredi 12h à 13h

**ECOLE DE NATATION 3**

Mardi – Jeudi 19h à 20h

**Nager pour son bien-être personnel, sans objectif de compétition**

La pratique loisir s'adresse à toute personne (pré-adolescents, adolescents et adultes) souhaitant apprendre les différentes techniques de nage, apprivoiser le milieu aquatique, pratiquer une activité aquaforme, se mouvoir dans l'eau et prendre du plaisir dans cette activité. Nous proposons aussi la préparation aux diplômes du B.N.S.S.A et

<b>T A R I F S</b>	Ados Loisirs	252 €
	Juniors Seniors 1 à 3 fois / semaine	240 €
	Juniors Seniors 4 à 6 fois / semaine	260 €
	Adultes	240 €
	Bien-être 1 à 2 fois / semaine	240 €
	Bien-être 3 à 4 fois / semaine	290 €
	Nataforme 1 à 2 fois / semaine	240 €
	Nataforme 3 à 4 fois / semaine	290 €
	Aquaphobie	240 €

**Horaires au Stade Nautique Pierre de Coubertin :**
**ADOS LOISIRS (2 fois / semaine)**

Lundi – Mardi – Jeudi – Vendredi 19h à 20h  
Mercredi 17h à 18h

**JUNIORS/SENIORS (2 à 6 fois / semaine)**

Lundi – Jeudi 12h30 à 13h30 / 20h à 21h  
Mardi – Vendredi 20h à 21h30

**BIEN-ÊTRE (1 à 4 fois / semaine)**

Lundi – Mercredi – 8h à 9h - Jeudi 10h à 11h Natation Santé  
Mercredi 9h à 10h Natation Santé  
Mardi 08h à 9h Aquaforme

**NATAFORME (1 à 4 fois / semaine)**

Lundi – Vendredi 20h à 21h Natation Adultes  
Mardi – Jeudi 20h à 21h : Aquaforme

**AQUAPHOBIE (1 à 2 fois / semaine)**

Lundi – 19h 20h  
Mercredi – 18h 19h

**Horaires à la piscine Jacques Magnier :**
**ADOS LOISIRS**

Lundi – Vendredi 19h à 20h

**ADULTES LOISIRS**

Mardi – Jeudi 19h à 20h

**Nager pour atteindre le meilleur niveau possible**

Après les groupes d'école de natation française, il est possible d'entrer dans les groupes compétition\* et de gravir les échelons pour accéder aux compétitions de niveau départemental, régional, national voir international.

\*La composition des groupes compétition est définie par les entraîneurs et le directeur technique

<b>T A R I F S</b>	Avenirs/Jeunes	264 €
	Ados Compétition	280 €
	CHA 6-5	280 €
	CHA 4-3	300 €
	Elite 1 et 2	300 €
	Juniors Seniors 1 à 3 fois / semaine	280 €
	Juniors Seniors 4 à 6 fois / semaine	300 €

**Horaires au Stade Nautique Pierre de Coubertin :**
**AVENIRS JEUNES (3 à 4 fois / semaine)**

Lundi – Mardi – Jeudi – Vendredi 18h à 19h  
Mercredi 17h à 18h

**ADOS COMPÉTITION (3 à 4 fois / semaine)**

Lundi - Mardi- Jeudi – Vendredi 19h à 20h  
Mercredi 18h à 20h (selon niveau à définir avec l'entraîneur)

**SECTION CHA 6-5**

Lundi – Mardi – Jeudi – Vendredi 16h30 à 18h  
Mercredi 15h à 17h – Samedi 13h à 14h30

**SECTION CHA 4-3**

Lundi – Mardi – Jeudi – Vendredi 16h30 à 18h  
Mardi – Jeudi - Vendredi 7h à 8h30  
Mercredi 15h à 17h – Samedi 13h à 15h

**Elite 1**

Lundi – Mardi – Jeudi – Vendredi 16h30 à 18h ou 18h à 20h  
Mardi – Jeudi – Vendredi 7h à 8h30  
Mercredi 17h à 20h – Samedi 13h à 15h

**Elite 2**

Du lundi au vendredi 18h à 20h

**Horaires à la piscine Jacques Magnier :**
**AVENIRS JEUNES**

Lundi – Mardi - Vendredi 17h à 18h  
Mercredi 12h à 13h