**Ré-adhésion 2019-2020 - Piscine de Cesson (Rennes Savio) et Châteaugiron**

**Cotisations :**

Les groupes sont faits d’abord en fonction des âges puis en fonction des niveaux de natation (A ou B), quelles que soient les piscines dans lesquelles s’entraînent les adhérents. En groupe FORME, les jeunes de plus de 16 ans nagent avec les adultes. L’entrée dans un groupe « Compétition » est acceptée sur avis des entraîneurs. Dans tous les groupes, les nageurs et triathlètes sont mélangés en fonction de leur niveau en natation. Les niveaux des groupes A sont plus élevés que ceux des groupe B.

|  |
| --- |
| **Non compétiteurs-trice Ados et Adultes - 1 séance de natation / semaine** |
| **Groupe** | **Piscine** | **Cotisation** |
| **FORME ADO** - de 11 à 16 ans (2004 à 2007) | **Cesson ou Châteaugiron** | 250 € |
| **FORME INITIAL** - Plus de 16 ans, (2003 et avant) ; amélioration technique, apprentissage des 4 nages | **Cesson** |
| **FORME SPORT** - plus 16 ans ; (2003 et avant) ; pratique sportive et amélioration système cardiovasculaire, maîtrise des 4 nages, préparation Bac. | **Cesson****ou Chateaugiron** |

|  |
| --- |
| **Compétition enfants Natation et Triathlon – 2 séances de natation et plus / semaine** |
| **Groupe** | **Piscine** | **Cotisation** |
| **AVENIR** – Natation seulement - Garçons 2009 à 2011, filles 2010 à 2012)option multi-activités payante | **Cesson ou****Chateaugiron** | 270 € |
| **JEUNES** – Natation seulement - Garçons de 2006 à 2008, filles de 2007 à 2009 option Triathlon payante | **Cesson ou Châteaugiron** | 300 € |
| **JUNIOR-SENIOR** – Natation ou triathlon - Filles de 2006 et avant, garçons de 2005 et avant option Triathlon Payante | **Cesson ou Châteaugiron** |
| **MASTER** – Natation ou triathlon - à partir de 20 ans | **Cesson ou****Châteaugiron** |
| **HANDISPORT –** Natation seulement – Tous âges | **Châteaugiron** |

|  |
| --- |
| **Compétition Natation sans entraînement** |
| **Groupe** | **Piscine** | **Cotisation** |
| **ACCESS –** A partir de 20 ans – Licence sèche sans entraînements | **aucune** | 130 € |
| **Compétition Triathlon sans entraînement** |
| **Groupe** | **Piscine** | **Cotisation** |
| **ACCESS –** A partir de 20 ans – Licence sèche sans entraînements | **aucune** | 130 € |

|  |
| --- |
| **Options** |
|  | **Groupe** |  |
| **Option Licence Triathlon Avenir et Jeune avec licence FFTriathlon** | **Avenir et Jeune** | 40 € |
| **Option deuxième licence compétition :** Licence FFri pour les compétiteurs natation ou licence FFNatation pour les compétiteurs triathlon | **Junior, Senior, Master** | 50 € |

Les entraînements de course à pied (CAP), à Cesson, sont accessibles à tous les Masters Natation et Triathlon s’ils le désirent. Pour les Masters, les engagements aux compétitions seront à la charge des adhérents, sauf certaines compétitions telles que les championnats interclubs de natation.

**Horaires des groupes compétition de Cesson - SAVIO**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Groupe** | **Ages** | **Nb nat** | **Places** | **Horaires Natation** | **PPG, CAP, Vélo, Tri** |
| AVENIR | Filles de 2010 et après Garçons de 2009 et après | 2ou 3(\*\*) | 40 | Mercredi 14h-15h Samedi 13h-14h (Jeudi 17h-18h\*)*Regroupement se effectué au besoin*  |  |
| JEUNE B(2) | Filles de 2006 à 2008 | 2 | 20 | Mercredi 15h-17h Samedi 12h30-14h (1) |  |
|  |  |  | Lundi 18h45-20h30 |  |
| JEUNE A(2) | Garçons de 2005 à 2007 | 3 à 5 | 10 | Mardi 18h30-20hMercredi 15h-17hJeudi 19h-20h | PPG :horaires à définir |
|  |  |  |  | Samedi 12h-14h (1) |  |
| JUNIOR-SENIOR B(3) NATATION etTRIATHLON |  | 3 | 20(17 nat,3 tri) | Mardi 18h30-20hJeudi 19h-20hSamedi 14h-15h | Vélo et CAP :horaires à définir |
| JUNIOR-SENIOR A(2) NATATION et TRIATHLON | Filles de 2005 et avant Garçons de 2004 et avant | de 3 à 7horaires à définir avec l'entraî- neur | 32(20 nat,12 tri) | Lundi 18h45-20h30 Mardi 6h45-8h Mercredi 6h45-8h Mercredi 17h-19h Jeudi 6h45-8h Vendredi 6h45-8hSamedi 10h-12h (nat) (1) | PPG :Mardi et Vendredi Vélo et CAP :horaires à définir |
| MASTER B(2)MATIN nat et tri | 2 | 20(10 nat,10 tri) | Mardi 6h45-8h Jeudi 6h45-8h |  |
| MASTER A(2)MATIN nat et tri |  | 2 | 20(10 nat,10 tri) | Mercredi 6h45-8h Vendredi 6h45 -8h |
| MASTER Libre |  | 2 | 20 | Mercredi 12h30-13h30Vendredi 12h30-13h30 |

1. Piscine Inoxia à Chateaugiron
2. L’accès aux groupes A ou B se fait sur avis de l’entraîneur en fonction de l'investissement personnel du nageur, de ses résultats et de son potentiel.

(\*) Possibilité d’une 3ème séance pour une sélection parmi les AVENIRS sur avis de l'entraîneur.

**NB :** Au vu de la nouvelle et de a nouvelle organisation, nous nous réservons de regrouper/modifier/annuler des cours en fonction du remplissage des créneaux.

**HORAIRES DES GROUPES FORME ET COMPETITION DE CHATEAUGIRON**

Piscine Inoxia de Chateaugiron

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Catégorie** | **Groupe** | **Ages** | **Nb nat** | **Places** | **Horaires Natation** |
| **Compétition** | **AVENIR A** | Filles de 2010 et après Garçons de 2009 et après | 3 | 20 | Lundi 17h30-18h30Mercredi 13h-14hVendredi 19h30-20h30 |
| **AVENIR B** | Filles de 2010 et après Garçons de 2009 et après | 2 | 10 | Mercredi 18h15-19h15Samedi 14h-15h |
| **JEUNE JUNIOR A (Performance)\***  | Filles de 2007 et avant Garçons de 2006 et avant | 3 ou 4(\*) | 20 | Lundi 19h30-20h30Mercredi 14h-15hVendredi 20h30-21h30Samedi 10h00 -12h (Junior)Samedi 12h00 -14h (Jeune A) |
| **JEUNE JUNIOR B\***  | Filles de 2007 et avant Garçons de 2006 et avant | 2 | 20 | Mercredi 16h30-17h30Samedi 12h30 -14h |
| **MASTER** | 2000 et avant | 2 | 20 | Lundi 20h30-21h30Mercredi 20h30-21h30 |
| **HANDISPORT** | Tous âges | 2 | 10 | Mercredi 18h15-19h15Samedi 14h-15h |
| **Sans****compétition** | **FORME SPORT** | 2001 et avant | 1 | 10 | Mercredi 20h30-21h30 |

 (\*) Répartition dans les différents créneaux effectuée par l’entraîneur