



SAISON 2024 / 2025

HORAIRES TARIFS
ET PRE-REQUIS





OFFRE & TARIFS 2024/2025

ÉCOLE DE NATATION (1)

SAUV'NAGE

SN1 (1 séance)	320€	50€
SN2/SN3 (1 séance)	320€	50€
SN2/SN3 (2 séances)	340€	50€

PASS COMPÉTITION

COTI. (2) ADH. (3)

.....	360€	50€
-------	------	-----

PERFECTIONNEMENT TECHNIQUE

ADULTES

1 séance	370€	50€
2 séances	430€	50€
3 séances	500€	50€
Toutes Séances (TS)	670€	50€

ENFANTS ET ADOLESCENTS

1 séance	340€	50€
2 séances	400€	50€

COMPÉTITION

AVENIRS	430€	50€
JEUNES, RELÈVE, HA, ESPOIRS, PERFORMANCE, ETUDIANTS (4)	510€	50€
MASTERS 1	560€	50€
MASTERS 2	520€	50€

PRATIQUE OPTIONNELLE

PPG (ADULTES TECHNIQUES)	110€	N/A
--------------------------------	------	-----

- **Licence FFN** obligatoire et incluse dans la cotisation
- **L'accès aux entraînements** sera refusé sans inscription ou réinscription finalisées et validées
- **Accès à la salle PPG** : inclus dans la cotisation pour la filière Compétition
- **Remises « Famille » (valable une seule fois par famille) :**
 - 2 membres inscrits : -50€
 - 3 membres inscrits : - 80€
 - 4 membres inscrits : -110€
 - 5 membres et + : -140€

(1) comprend le **pack de bienvenue ENF** (bonnet ENF, pochette « maillot », jeton/porte-clés)

(2) **COTI.** La cotisation couvre la saison complète et se distingue de l'adhésion au club.

(3) **ADH.** L'adhésion est due uniquement pour la première inscription.

(4) Tarif spécial pour **inscription en M1 uniquement** sur présentation de la Carte Etudiant.



HORAIRES ECOLE DE NATATION (ENF) 2024/2025



GROUPE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
SAUV'NAGE 1	16h55/17h25	17h30/18h00	15h00/15h30 16h30/17h00	16h55/17h25	17h30/18h00	
SAUV'NAGE 2	18h00/18h30 18h30/19h00	16h55/17h25 17h30/18h00	17h00/17h30	16h55/17h25 17h30/18h00	17h55/18h25 18h30/19h00	08h55/9h25 9h30/10h00
SAUV'NAGE 3	17h30/18h00	16h55/17h25	16h00/16h30	17h30/18h00	16h55/17h25	
PASS COMPETITION 1	17h00/17h45				17h15/18h00	
PASS COMPETITION 2		17h00/17h45		17h00/17h45		
PASS COMPETITION 3			17h15/18h00			10h00/10h45



ATTENTION

3 groupes de niveaux différents en **SauvNage** !

Possibilité de s'inscrire 2 fois par semaine en SN2 et SN3

Les groupes PC sont de niveau identique, seules les formules de jours changent.

Attention ces formules ne sont pas modifiables. Les 2 séances sont obligatoires.



HORAIRES PERF. TECHNIQUE 2024/2025

PERFECTIONNEMENT TECHNIQUE

 E. ANTHOINE

GROUPE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
PERF. TECH 8/10		17h00/17h45	18h15/19h00	17h00/17h45	17h00/17h45	9h00/9h45
		17h00/17h45			17h45/18h30	9h45/10h30
PERF. TECH. 11/13		17h00/18h00	15h00/16h00	17h00/18h00		9h00/10h00
		17h45/18h45			17h00/18h00	10h00/11h00
PERF. TECH. 13/15		18h00/19h00	19h00/20h00	18h00/19h00	17h45/18h45	9h00/10h00
		18h45/19h45				11h00/12h00
PERF. TECH. 15/18		19h45/20h45	19h00/20h00	18h30/19h30	18h00/19h00	11h00/12h00
ADULTES TECH.	7h00/8h15	21h00/22h00	21h00/22h00	19h30/20h30	18h30/19h30	8h00/9h00
					19h30/20h30	



ATTENTION

Les créneaux signalés en **orange** se déroulent à la **Piscine Emile Anthoine**, métro Bir Hakeim.



HORAIRES COMPETITION 2024/2025

COMPETITION

A. MASSARD



Créneaux signalés
se déroulent à la
piscine A. Massart

GRUPE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
AVENIRS 1 (TEAM A)	17h00/18h00		15h00/16h00		17h00/18h00	
AVENIRS 1 (TEAM B)		17h45/18h45		17h45/18h45	17h45/18h45	
AVENIRS 2	18h00/19h00	17h30/19h00		17h30/19h00	17h45/19h00	
JEUNES	17h45/19h00	17h45/19h00	16h00/17h30	17h45/19h00	17h00/18h30	
RELEVE	18h30/20h00	19h00/20h30	17h30/19h00	19h00/20h30	19h00/20h30	10h30/12h00
HORAIRES AMENAGES	15h00/17h00	15h00/17h00	17h30/19h30	15h00/17h00	15h00/17h00	13h30/16h00
ESPOIRS	19h00/20h30	19h00/21h00	17h30/19h30	19h00/21h00	18h30/20h30	10h00/12h00
PERFORMANCE	19h00/20h30	19h00/20h30		19h00/20h30	19h00/20h30	10h00/12h00
MASTERS 1/ETUDIANTS	20h00/21h00	20h30/22h00	19h30/21h00	20h30/22h00	20h00/21h30	8h00/9h00
MASTERS 2	19h00/20h00		20h00/21h00	21h00/22h00	19h30/20h30	8h00/9h00
MATIN (M1/M2/HA)	7h00/8h15		7h00/8h15	7h00/8h15	7h00/8h15	

PRE-REQUIS



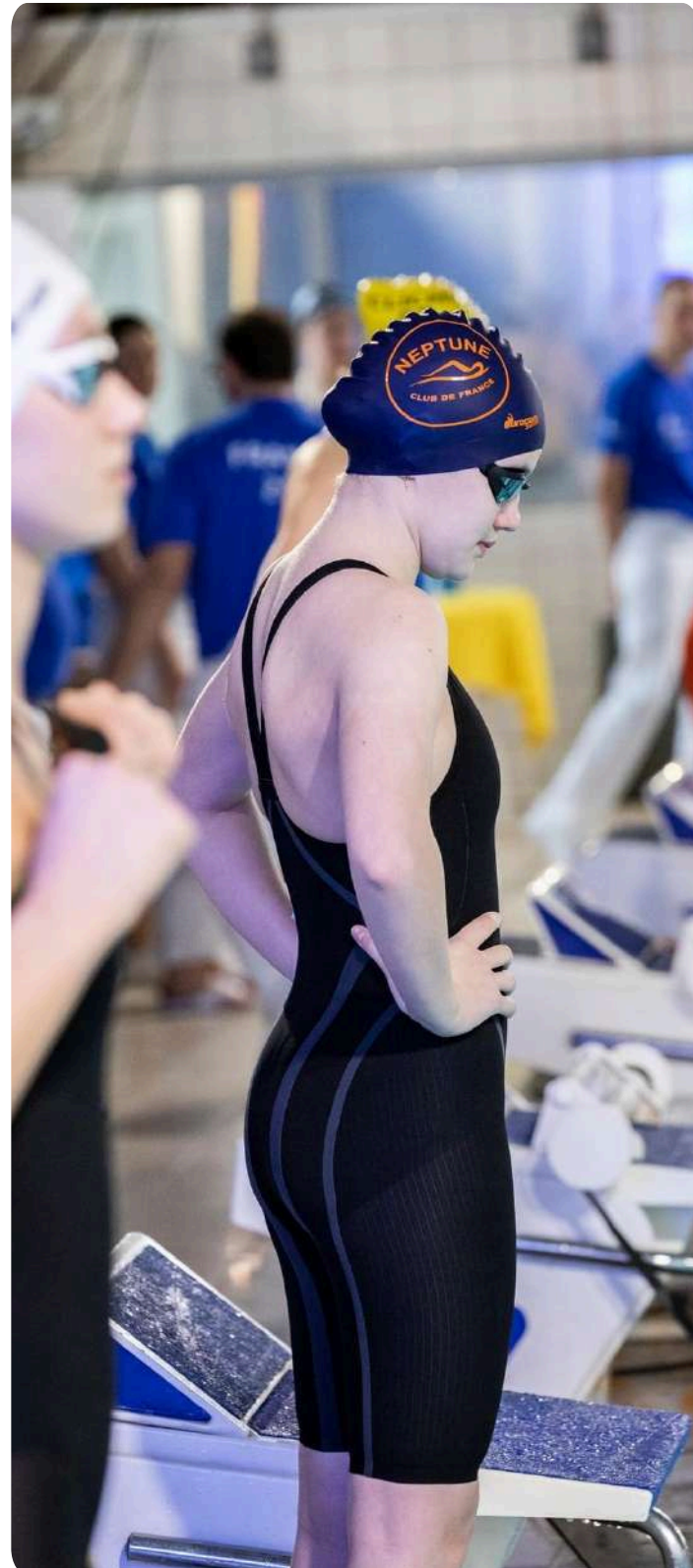
2024/2025



ANNEES D'AGE	AGE 2024	AGE 2025	ECOLE DE NATATION	PRE REQUIS
2018/2019	5-6 ANS	6-7 ANS	SAUV'NAGE 1 (SN1)	Savoir entrer dans l'eau tout seul et mettre la tête sous l'eau 3 secondes.
2017/2018/2019	5-6-7 ANS	6-7-8 ANS	SAUV'NAGE 2 (SN2)	Mettre la tête sous l'eau et se déplacer sur une distance de 15m sans s'appuyer sur le bord
2016/2017	7-8 ANS	8-9 ANS	SAUV'NAGE 3 (SN3)	Savoir entrer dans l'eau tout seul et mettre la tête sous l'eau 3 secondes.
2016/2017	7-8 ANS	8-9 ANS	PASS COMPETITION (PC)	TEST OBLIGATOIRE : l'enfant doit nager a minima 25m avec immersion de la tête.
ANNEES D'AGE	AGE 2024	AGE 2025	PERF. TECHNIQUE	PRE REQUIS
2014/2015/2016	8-9-10 ANS	9-10-11 ANS	PERF 8/10 ANS	Savoir nager 25m sans s'arrêter
2011/2012/2013/2014	11-12-13 ANS	12-13-14 ANS	PERF. 11/13 ANS	Savoir nager 50m sans s'arrêter : 25m crawl et 25m dos.
2009/2010/2011	13-14-15 ANS	14-15-16 ANS	PERF. 13/15 ANS	Savoir nager 100m dans 3 styles de nage différents.
2006/2007/2008/2009	15-16-17 ANS	16-17-18 ANS	PERF. 15/18 ANS	Savoir nager 100m dans 3 styles de nage différents.
2006 & AVANT	18 ANS+	19 ANS+	ADULTES TECH.	Savoir nager 100m au choix sans s'arrêter, en étant capable de mettre la tête sous l'eau.



PRE-REQUIS 2024/2025



ANNEES D'AGE	AGE 2024	AGE 2025	COMPETITION	PRE REQUIS
2015/2016	8-9-10 ANS	9-10-11 ANS	AVENIRS 1	<p>Seuls les nageurs proposés par l'entraîneur peuvent intégrer ces groupes.</p>
2014/2015	9-10 ANS	10-11 ANS	AVENIRS 2	
2014/2013	10-11-12 ANS	11-12-13 ANS	JEUNES	
2011/2012/2013	10-11-12-13 ANS	11-12-13-14 ANS	RELÈVE	
2009 & AVANT	13 ANS+	14 ANS+	HORAIRES AMÉNAGÉS	
2009 & AVANT	14 ANS+	14 ANS+	ESPOIRS	
2009 & AVANT	14 ANS+	14 ANS+	PERFORMANCE	
2006 & AVANT	18 ANS+	19 ANS+	MASTERS 1 & 2	



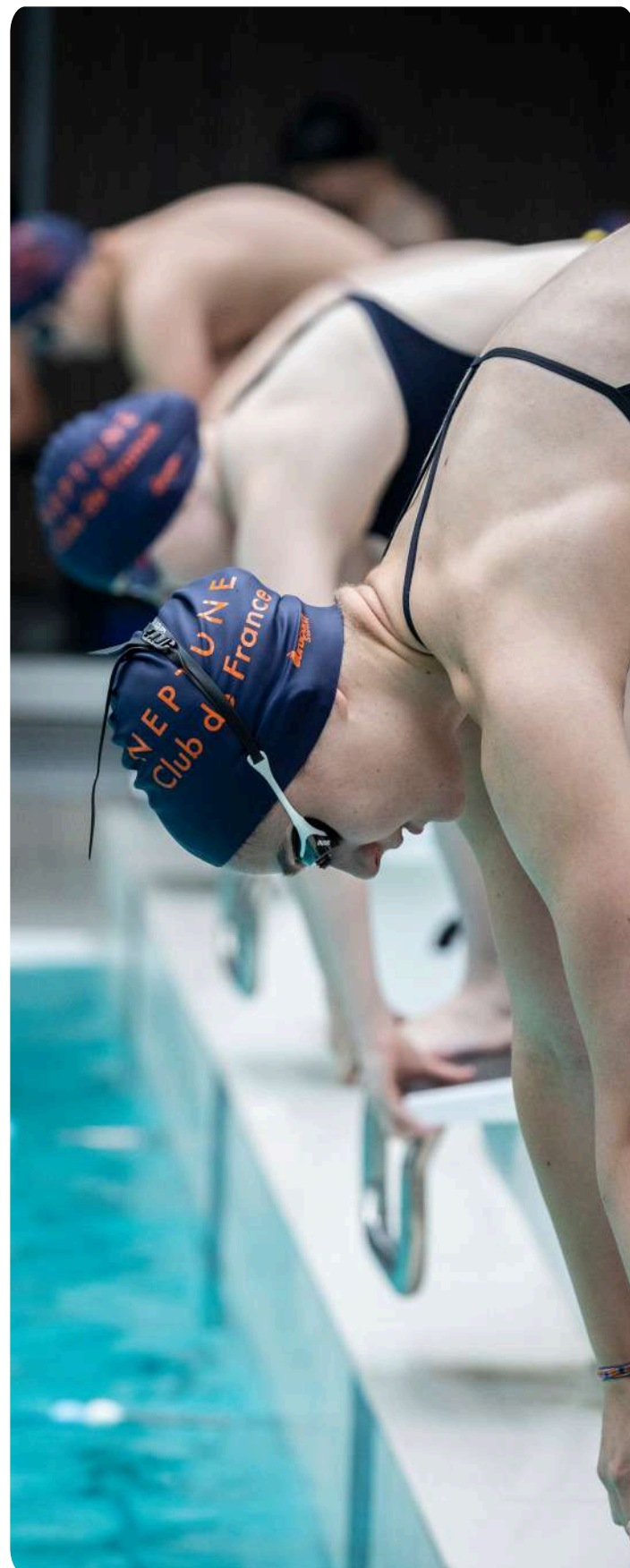
ATTENTION

Pour les **nageurs extérieurs**, un test est **obligatoire** avant inscription.

Merci de contacter le secrétariat pour les demandes de **test (sur rdv uniquement)** : secretariat.ncf@gmail.com



PARCOURS DU COMPETITEUR 2024/2025



GROUPES	SN1	SN2	SN3	PC	AV1	AV2
CATEGORIE D'AGE	5/6 ANS	6/7 ANS	7/8 ANS	7/8 ANS	8/10 ANS	9/11 ANS
ENTRAINEMENTS OBLIGATOIRES	1	1	1	2	3	3
PREPARATION PHYSIQUE OBLIGATOIRE	0	0	0	0	0	0
COMPETITIONS	0	0	0	0	6	6+
STAGES	NON	NON	NON	NON	NON	1 SEMAINE

GROUPES	JEUNES	RELEVE	ESPOIRS	PERFORMANCE	HA
CATEGORIE D'AGE	10/12	10/13	14 et+	14et+	14 et+
ENTRAINEMENTS	4	5	5	4	6
PREPARATION PHYSIQUE	1	1	2	2	3
COMPETITIONS	8+	10+	10+	6+	10+
STAGES	1 EXT/2 PARIS	1 EXT/2 PARIS	1 ou 2 EXT/2 PARIS	1 EXT/2 PARIS	2 EXT/2 PARIS



STAGE EXTERIEUR :
Déplacement sur 5 à 7 jours (France ou étranger) sur la période des vacances scolaires.

STAGE PARIS :
Entrainement sur Blomet sur 5 à 7 jours sur la période des vacances scolaires.



PREPARATION PHYSIQUE 2024/2025



HORAIRES	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	
16h30/17h00			RELEVE 16h30-17h30			
17h00/17h30	HORAIRES AMENAGÉS 17h00-18h00	HORAIRES AMENAGÉS 17h00-18h00			HORAIRES AMENAGÉS 17h00-18h00	
17h30/18h00				JEUNES 17h30-18h30		
18h00/18h30	RELEVE 18h00-19h00	ESPOIRS 18h00-19h00			ESPOIRS 18h00-19h00	PERFORMANCE 18h00-19h00
18h30/19h00						
19h00/19h30		AVENIRS 2 19h00-19h30	MASTERS 2 19h00-20h00	AVENIRS 2 19h00-19h30		
19h30/20h00		MASTERS 1 19h30-20h30			MASTERS 1 19h30-20h30	MASTERS 1 19h30-20h30
20h00/20h30			ADULTES TECH 20h00-21h00			
20h30/21h00						