

Nouveau

à la piscine Inoxia de la
Communauté de communes de Chateaugiron

L'OCC Natation club affilié FFN ouvre une section natation sportive pour la saison 2011-2012

Compétition

Ecole de Natation Française de 10 à 13 ans : 2x1h par semaine minimum (20 places)

- lundi 17h00-18h00, mercredi 13h00 -14h00 ou vendredi 18h30-19h30
- niveau d'entrée : 25 crawl respiration 3 temps, 100 dos et 100 brasse
- Objectif : Initiation des jeunes à la natation sportive vers la compétition FFN en catégorie poussins et benjamins.

Adulte 16 ans et plus : 1x1h15 et 1x1h par semaine (16 places)

- lundi 19h15-20h30 et mercredi 19h30-20h30
- niveau d'entrée : 300m 3 nages (100 dos, 100 brasse et 100 crawl)
- Objectif : préparation compétition master et longue distance (triathlon, eau libre...)

Compétition excellence : sélection par les entraîneurs

- niveau régional : samedi 11h00-12h30
- niveau national : samedi 12h30-14h00

Loisir Sportif

ADO 14 à 16 ans : 1x1h par semaine (16 places)

- Mercredi 18h30-19h30
- niveau d'entrée : 25 crawl respiration 3 temps, 100 dos et 100 brasse
- Objectif : Capitaliser des habilités motrice dans l'eau.

Adulte 16 ans et plus (4 Nages) : 1x1h par semaine (32 places)

- mercredi 19h30-20h30 ou vendredi 19h30-20h30
- niveau d'entrée : 300m 3 nages (100 dos, 100 brasse et 100 crawl)
- Objectif : maintenir son capital santé par la pratique sportive

Inscriptions à la Piscine Inoxia
Mercredi 29 juin de 17h à 19h
et Vendredi 1^{er} juillet de 18h30 à 20h30

Renseignements: dossier d'inscription disponible sur le site www.occnatation.fr

- email: section.paysdechateaugiron@occnatation.fr (pré-inscription par email à partir du 25 juin)

- tel: Christophe Albert 02 99 37 84 25

