

## NATATION

L'amicale vous propose deux créneaux  
(20h00 - 22h00 le lundi, 21h00 - 22h00 le mardi)  
et trois niveaux sur chacun de ces créneaux.

Les séances s'étendent de mi-septembre à mi-juin, hors vacances scolaires.

### Niveau Débutant

Pour adultes ne sachant pas nager mais n'ayant pas de phobie de l'eau  
(pas de peur de mettre la tête dans l'eau)

Le lundi, un bassin est réservé uniquement à ce cours où le nageur a toujours pied  
(1,50m de profondeur environ).

### Niveau Intermédiaire

Pour adultes souhaitant améliorer les 3 nages (brasse, crawl, dos),

2 lignes d'eau dans un bassin de 25 mètres de long où le nageur n'a pas nécessairement pied

### Niveau Confirmé

Pour adultes sachant nager les 3 nages (brasse, crawl, dos)  
et souhaitant faire un peu de papillon.

### Encadrement

Le lundi, trois maîtres-nageurs (un par niveau), diplômés (BEESAN)  
Le mardi, un maître-nageur gérant les trois niveaux, diplômé (BEESAN)

### Tarifs

Lundi 20h00 - 22h00	Mardi 21h00 - 22h00
184 €	95 €

### Horaires / Lieux :

**Lundi** 20h00 - 22h00

**Piscine du Petit-Port (Boulevard du petit port - 44300 Nantes)**

1h40 dans l'eau : 20h00 - 21h40

**Mardi** 21h00 - 22h00 ! Reprise de l'activité le 20 Novembre 2018 !

**Piscine Petite Amazonie (Boulevard de Berlin, 44000 Nantes)**

1h00 dans l'eau : 21h00 - 22h00

**Contact :** Pour Petit-Port / [Phil.phil7@wanadoo.fr](mailto:Phil.phil7@wanadoo.fr) - Philippe Menard

Pour Petite Amazonie / [Cesbron.jeanmarc@gmail.com](mailto:Cesbron.jeanmarc@gmail.com) -  
Jean-Marc au 06 84 14 09 04



### Important :

1/Un certificat médical est exigé avant le 1<sup>er</sup> cours. **Sans certificat médical l'accès aux cours ne sera pas autorisé.**

2/L'association doit respecter ses engagements envers les animateurs qu'elle emploie. **En conséquence, l'inscription à une activité est prise pour une session entière et les cotisations ne sont pas remboursables.**



## NATATION

**INSCRIPTIONS 2018/2019**  
**Jeudi 6 et vendredi 14**  
**septembre 2018**  
De 18h à 20h00 à la Maison de Quartier Bottière

**Venez nager avec nous**  
**dans un groupe adapté à votre niveau !**

L'amicale propose des créneaux adultes loisirs le lundi soir et le mardi soir,  
aussi bien pour les nageurs débutants que pour les confirmés.

### L'Amicale Laïque de Doulon c'est aussi . . .

L'amicale c'est aussi diverses activités sportives pour les grands et les petits,  
des animations en milieu scolaire...

L'amicale c'est surtout **s'investir** pour son quartier, **participer** à l'éducation,  
**rencontrer** et **partager** avec les autres autour d'activités communes.

**Nous cherchons toujours de nouveaux bénévoles !**

Demandez-nous plus d'informations sur les différentes façons  
de vous investir à l'Amicale Laïque de Doulon.



**AMICALE LAÏQUE DE DOULON**

Maison de Quartier Bottière  
147 route de Sainte Luce - 44300 Nantes  
[www.aldoulon.org](http://www.aldoulon.org)

Rejoignez-nous sur Facebook

