

**NATATION SYNCHRONISEE 2016/2017
CERCLE DES NAGEURS D'ANTIBES**

**GROUPE NEPTUNE
(loisirs)**

Responsable : Vanessa PEREZ
Entraîneur : Aurélie BERNARD

Nageuses concernées : à partir de 13 ans

Jours et horaires : Mercredi de 16h45 à 18h15
Samedi de 11h30 à 13h

Matériel : Maillot 1 pièce.
Bonnet du club
Lunettes
Pince nez
Pull Boy
Planche
Petites Palmes

Tout le matériel est à marquer du nom de la nageuse.

Maillots : Cette année, nous demandons le chèque du maillot d'un montant de 40 euros à l'inscription, il sera encaissé lors de la commande des maillots.
La confirmation de participation au gala devra se faire au même moment.

Objectifs : Préparation physique Générale
Perfectionnement/souplesse/travail chorégraphique
Galas

Reprise des cours le mercredi 28 septembre 2016

PAS DE COURS PENDANT LES VACANCES SCOLAIRES

En cas d'absence, prévenir le club au 04.93.74.85.29 (répondeur) en précisant le nom et le groupe.

Certificat médical obligatoire pour une absence prolongée.

Mail de la section synchro : synchroantibes@gmail.com

Page Facebook : Synchro Antibes

N.B : Il est rappelé que les nageuses représentent le Club aussi bien avant, après, que pendant les entraînements et les compétitions, autant dans l'enceinte de la piscine, que dans celles des clubs recevant.

La présentation de la carte d'entrée est indispensable avant la descente aux vestiaires et ce tout au long de l'année.