

## CERCLE DES NAGEURS D'ANTIBES NATATION ARTISTIQUE SAISON 2021/2022

### GROUPE SOLO/DUO

(en option en accord avec l'entraîneur)

Accès uniquement aux groupes : Jeunes, Juniors, Ttes Cat, Développement)

**Conditions :** OR validé pour les Jeunes, Juniors et Ttes Cat  
3 fois par semaine  
Choix de l'entraîneur

**Ages :** Jeunes : 2007 à 2010  
Juniors : 2004 à 2007  
Ttes Cat : 2004 et moins

**Jours et horaires :**

Mercredi	16h à 17h30
Vendredi	18h30 à 20h
Samedi	8h00 à 9h30

**Matériel :** Maillot 1 pièce ou 2 pièces sportif  
Bonnet du club  
Lunettes  
Pince nez  
Flotteurs synchro Nabaji x 2  
Bouteille d'eau obligatoire  
Pas de bijoux, pas de bracelets, pas de montre.  
Tenue du club pour tous déplacements et compétitions

**Objectifs :** Travail chorégraphique  
Compétitions régionales et nationales  
Galas

**Reprise des cours le 15 septembre 2021**

### COURS OBLIGATOIRES PENDANT LES VACANCES SCOLAIRES

#### TOUSSAINT / HIVER / PRINTEMPS

Il y aura des cours de chorées qui se rajouteront dans l'année, parfois le dimanche après midi ou les jours fériés (les dates seront données ultérieurement)

**ATTENTION PAS DE COURS LES SAMEDIS QUI PRECEDENT LES VACANCES SAUF EN PERIODE DE COMPETITIONS**

**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 toute absence prolongée.**

Mail de la section synchro : [synchroantibes@gmail.com](mailto:synchroantibes@gmail.com)

Facebook : Synchro Antibes

Instagram : synchroantibescna

**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.**