

AQUASPORTS

Pourquoi et pour qui ?

- Découvrir les bienfaits d'une activité aquatique tonique
- Les cours s'adressent aux adultes de tout âge,
- Les cours sont dispensés par les Maîtres-Nageurs Sauveteurs (MNS) en exercice à l'exclusion de toutes autres personnes. Ils seront donnés pendant les heures de service
- Un certificat médical de non contre-indication est nécessaire pour la pratique de cette activité et devra être fourni dès le 1er cours.

Comment ?

- La durée des cours est de 45 minutes
- Forfait : 90 € (entrées comprises, à raison d'1 séance / semaine) + 2€ pour l'achat de la carte sans contact. *Forfait au trimestre : sept. à déc. / janv. à mars / avril à juin (dates à définir). Forfait renouvelable.*

Quand et avec qui ?

Lundi : AQUATRaining de 19h à 19h45

Mardi : AQUABIKE de 12h45 à 13h30

Mercredi : AQUABIKE de 19h à 19h45

Jeudi : AQUABIKE de 12h45 à 13h30 et de 19h à 19h45

Vendredi : AQUATRaining de 12h45 à 13h30



Mail : piscine@cc-avm.fr
Tél. : 03.86.34.08.51
Avenue du Parc des Chaumes 89200 AVALLON



FICHE D'INSCRIPTION AUX COURS D'AQUASPORTS

Cadre Réserve au Service : Date de dépôt : \ N° Inscription :

*NOM : *Prénom :

*Date de naissance :/...../.....

*Adresse :

.....
.....

Tél. domicile :/...../...../...../..... *Portable :/...../...../...../.....

*Mail : *Champs obligatoires

Jour(s) et activité(s) souhaités :

- ☐ Lundi à 19h – AQUATRaining
- ☐ Mardi à 12h45 – AQUABIKE
- ☐ Mercredi à 19h - AQUABIKE
- ☐ Jeudi à 12h45 – AQUABIKE
- ☐ Jeudi à 19h – AQUABIKE
- ☐ Vendredi à 12h45 – AQUATRaining

Informations complémentaires Observations diverses :

.....
.....
.....

**Je certifie avoir pris connaissance du mode de fonctionnement des leçons,
À Avallon, le**

Signature