

SAISON 2023 - 2024

Reprise des entraînements le Vendredi 15 Septembre 2023

HORAIRES DES SÉANCES

- Mardi 19h30 à 21h00 > Apnée statique
- Mercredi 19h30 à 21h00 > Apnée dynamique
- Vendredi 19h30 à 21h00 > Apnée statique

PIÈCES À FOURNIR LORS DE L'INSCRIPTION

- **Certificat médical** datant de **moins de 3 mois** de non contre-indication à la pratique de l'apnée
- **Autorisation parentale pour les mineurs**
- **Fiche de renseignements** dûment **remplie**, lisiblement **avec photo collée** à l'emplacement prévu
- **À l'inscription** : un **règlement** de **75 €** pour les 16 ans et plus
60 € pour les moins de 16 ans
- **Adhésion club** sans licence : **35 €**

Si règlement par chèque, merci de l'adresser svp à l'ordre de C.I.A.H



TOUT DOSSIER INCOMPLET NE SERA PAS PRIS EN COMPTE

RÈGLEMENT DES SÉANCES

L'année sportive concernant notre club sera divisée en **3 périodes distinctes** hors vacances scolaires :

- **Période 1** : du **15 septembre au 22 décembre 2023** (pas de séance du 21 oct. au 6 nov. 2023)
- **Période 2** : du **8 janvier au 19 avril 2024** (pas de séance du 24 février au 10 mars 2024)
- **Période 3** : du **6 mai au 21 juin 2024** (pas de séance du 20 avril au 05 mai 2024)

Chaque adhérent choisira et réglera, **en début de chaque période**, la totalité de son (ses) jour(s) d'entraînement ainsi que le nombre de séances associées (en fonction des places disponibles).

Chaque période comprendra un nombre précis de séances

La Période 1 comprendra : 12 séances le mardi (montant 72 €)
12 séances le mercredi (montant 72 €)
13 séances le vendredi (montant 78 €)

La Période 2 comprendra : 13 séances le mardi (montant 78 €)
13 séances le mercredi (montant 78 €)
13 séances le vendredi (montant 78 €)

La Période 3 comprendra : 7 séances le mardi (montant 42 €)
7 séances le mercredi (montant 42 €)
7 séances le vendredi (montant 42 €)

Aucune séance ne sera remboursée. Cependant, possibilité exceptionnelle de rattrapage au sein de la même période en fonction des places disponibles.

DÉROULEMENT DES ENTRAÎNEMENTS

Le **rendez-vous** est fixé **15 minutes** avant le début de chaque entraînement.
Une feuille d'émargement sera tenue.

Le bonnet de bain est obligatoire si pas de cagoule.

Chaussures et nourriture interdites au bord des bassins.

MATÉRIEL NÉCESSAIRE

Combinaison, bonnet de bain, chrono étanche et masque.

Palmes et plombs en plus pour le dynamique.

Sac de sport pour mettre vos affaires à emporter au bord du bassin car **les vestiaires ne sont pas fermés** !



**LE COMPLEXE AQUATIQUE AINSI QUE LE CLUB
DÉCLINENT TOUTE RESPONSABILITÉ EN CAS DE VOL,
D'OUBLI OU DE PERTE DE VOTRE MATÉRIEL**

Afin de constituer la **liste des adhérents pour la saison**,
merci de nous envoyer un mail avec vos Nom / Prénom / Mail
à l'adresse **mail du club** : club@stephanemifsud.fr

Site internet : www.stephanemifsud.fr - L'Odyssée Bleue

Bonne reprise à tous, bonne saison dans la bonne humeur en étant conscient de vos limites
sans pour autant les dépasser... **et surtout**,
MERCI de respecter scrupuleusement les consignes de sécurité enseignées.

Personnes à contacter si besoin

Stéphane Mifsud : 06 16 90 60 57

Béatrice : 06 09 92 70 12 - **Secrétariat du Club**

Alban : 07 81 67 63 40

Dominique : 06 20 73 17 36

À bientôt sous l'eau,
Le bureau