



Ville de Gex

# ECOLE DE NATATION MUNICIPALE DE GEX

## SAISON 2020-2021

**DEBUT DES ACTIVITES** : SEMAINE N°39 (à partir du lundi 21/09/2020)

	Années	Groupes		MARDI	MERC	JEUDI	VEND	
<b>Jardin aquatique</b>	né(e) en 2016 - 2017 et avant le 01/09/2018	jardin aquatique 2/4 ans	Gp nécessitant la présence d'au moins 1 parent par enfant. Le temps d'activité est libre dans la tranche horaire proposée. <b>Attention</b> : Seul le ou les enfant(s) inscrit(s) à l'activité sont accepté(s). Nous ne tolérons pas d'autres enfants (frère, soeur...) dans l'enceinte de la piscine durant l'activité.		9h - 10h			
<b>Les 5 ans</b>	2015	Poissons 1	Enseignement ludique adapté à l'âge. Groupe de 8 enfants par moniteur		10h15 - 11h			
	2014	Poissons 2			11h - 11h45			
<b>Enfants Nageurs</b>	2013	JEU	Déplacement 10m, sauter, s'immerger sans matériel de flottaison			17h - 18h		
		MERC			12h - 13h			
	2012	VEND	Déplacement 25m, sauter, s'immerger sans matériel de flottaison				17h - 18h	
		MERC			12h - 13h			
		JEU				17h - 18h		
	2011	MAR	Déplacement 25m, sauter, s'immerger sans matériel de flottaison	17h - 18h				
		VEND					17h - 18h	
		JEU				17h - 18h		
	2010	MAR	Déplacement 25m, sauter, s'immerger sans matériel de flottaison	17h - 18h				
		VEND					17h - 18h	
2009 - 2008	MAR	Déplacement 25m, sauter, s'immerger sans matériel de flottaison	17h - 18h					
<b>Enfants Non-Nageurs</b>	2013 - 2012-2011	MERC			12h - 13h			
<b>ADULTES</b>	Perf - Niveau 1	Déplacement 25m minimum sans matériel de flottaison	18h - 19h					
	Perf - Niveau 2	Nager 1200m dans l'heure et maîtriser 2 nages	18h - 19h 19h - 20h					
	Perf - Niveau 3	Nager 2000m dans l'heure et maîtriser 3 nages	19h - 20h					
	Débutants	Pas de déplacement en eau profonde. Appréhension de l'élément liquide				18h - 19h		
	Aquagym	Activité gymnique dans l'eau, alliant différentes approches sportives : cardio, renforcement musculaire, gainage, stretch.... Accès nageurs et non nageurs. Cours de 45 min.	20h			20h		
	Aquagym Sénior	Activité gymnique douce, dans l'eau, réservée aux séniors. Accès nageurs et non nageurs. Cours de 45 min.	16h					

### TARIFS :

		TRIMESTRE	ANNEE
<b>ENFANTS</b>	1 <sup>er</sup> enfant	42,40 €	112,40 €
	2 <sup>ème</sup> enfant	31,30 €	83,80 €
	3 <sup>ème</sup> enfant	13,60 €	32,30 €
	4 <sup>ème</sup> enfant et +	Gratuit	Gratuit
<b>ADULTES</b>	1 cours	72,50 €	188,60 €
	2 cours	108,60 €	280,30 €

### INSCRIPTION :

- Retirer un dossier à la piscine ou sur internet
- Retour du dossier à la piscine : • accueil ou boîte aux lettres
  - Par mail : [piscine@ville-gex.fr](mailto:piscine@ville-gex.fr)
  - Voie postale : piscine municipale, Place du Turet, 01170 GEX
- **Inscription confirmée** par courriel ou téléphone.