

PROGRAMME & INSCRIPTIONS

NOM .....  
PRENOM .....  
N° TEL.....

Dès 18H30 : Stands d'information de LA LIGUE, CPTS et CPAM dans le cadre d'Octobre Rose  
BAPTEMES DE PLONGEE par le CASAVA (grand bain – 8 ans min, autorisation parentale pour les mineurs)

De 18H30 à 20H30 : NATATION ARTISTIQUE par le SWIM TEAM MINETT

- Entraînement du groupe
- Présentation de tableaux toutes les 15 mn
- Atelier d'initiation ouvert à tous (grand bain – niveau correct en natation nécessaire)

De 21H15 à 22H00 : DEMONSTRATION DE DANSE de 18' PAS

INSCRIPTION ACTIVITES (cocher les cases souhaitées)

A partir de 18H30 : BAPTEME PLONGEE (grand bain)	<input type="checkbox"/>
18H30-20h30 : ATELIER INITIATION NATATION ARTISTIQUE (grand bain)	<input type="checkbox"/>
19H00-19H30 : AQUABOXING (petit bain)	<input type="checkbox"/>
19H45-20H15 : AQUABIKE (petit bain)	<input type="checkbox"/>
20H45-21H15 : AQUABIKE (petit bain)	<input type="checkbox"/>
AQUATONIC (grand bain)	<input type="checkbox"/>
21H15 : DANSE 18'PAS	
22H00-22H30 : AQUAGYM (petit bain)	<input type="checkbox"/>
NAGE AVEC PALMES (grand bain)	<input type="checkbox"/>

DROIT A L'IMAGE : j'autorise Villerupt Natation à utiliser les images captées dans la soirée sur lesquelles je figure distinctement.

Dans le cas contraire, je coche la case ☐

Les fiches d'inscription sont à remettre à l'accueil de la piscine aux heures d'ouverture avant le début de la manifestation ou lors de votre arrivée le 27/6 ; N'oubliez pas votre peignoir pour les intervalles d'attente ou pour aller vous restaurer. Pour rappel, activités gratuites

Où, quand, comment ?

Le vendredi 27 juin à partir de 18H30  
A la piscine Intercommunale de Villerupt, rue de Verdun  
Bassins réservés exclusivement à la gente féminine  
Règlement de l'établissement à respecter (douche savonnée à l'arrivée et port bonnet de bain obligatoires)

Que va t-il se passer ?

• Un ecocup ou goodies "parcours du coeur" offert à chaque participante jusqu'à épuisement des stocks  
• Tombola et cagnotte au profit d'Octobre Rose  
• Présence de La ligue, du CPTS de Pays Haut et de la CPAM pour informer et sensibiliser chacune à l'importance de la prévention  
• Natation Artistique avec SWIM TEAM MINETT (démonstration/atelier d'initiation)  
• Démonstration de danse par l'association 18'PAS  
• Baptêmes de plongée avec le CASAVA  
• Activités aquatiques : aquagym, aquabyke, aquafitness, aquatonic, aquaboxing et natation (voir le programme détaillé)

Pour qui ?

Pour toutes les dames et jeunes dames :

- Pas de limite d'âge pour l'initiation Natation Artistique mais niveau correct de natation requis
- Dès 8 ans pour les baptêmes de plongée, autorisation parentale obligatoire pour les mineurs (papier à faire signer sur place)
- Dès 12 ans pour toutes les activités aquatiques EXCEPTE L'AQUABYKE (âge requis : 15 ans)

Comment faire ?

Inscriptions à remettre la semaine précédente à l'accueil de la piscine ou dès votre arrivée le soir même ; fiche et programme disponibles sur site et sur fb du club.  
Attention, les places pour certaines activités sont limitées.  
Pour les baptêmes de plongée et atelier d'initiation Natation Artistique, s'inscrire également auprès des intervenants

TOUTES LES ACTIVITES SONT GRATUITES

Buvette et restauration (barbecue et frites)

A disposition à l'entrée de la piscine, sous l'auvent, jusque 22H30 (CB OK)  
Par soucis pratique, prévoyez un peignoir ou autre à enfiler rapidement si vous souhaitez faire une pause à notre stand entre deux activités  
Ce stand est ouvert aux messieurs ainsi que les gradins

Contact :

villeruptnatation@wanadoo.fr ou tel : 06 03 61 39 39