



Entente Nautique d'Aix-les-Bains d'Aviron

Créée en 1882, affiliée à la Fédération Française d'Aviron, Labélisée Ecole Française d'Aviron
N° Siret : 381 893 783 000 13 – Association Loi 1901 N°2/04692

22 avenue Daniel Rops 73100 Aix-les-Bains –
messagerie : avironaix@gmail.com –
téléphone : 04.79.88.12.07



INFORMATIONS RENTREE 2022

L'activité reprend :

- le samedi 3 septembre pour les loisirs
- le mercredi 7 septembre, pour les enfants et les jeunes

Bienvenue à tous et bonne rentrée !

PORTES OUVERTES (gratuites)

SAMEDI 9h-12h

- le 03/09,
 - le 10/09,
-
- Présentation des techniques de base
 - Initiation gratuite sur le lac,
 - Visite du club et des infrastructures

■ Permanences pour les inscriptions

Du 3 au 29 septembre 2022 :

Jour	Horaires
Mercredi	13h15-14h15
Jeudi	17h-18h
Samedi*	13h15-16h30

Note : possibilité de déposer les dossiers complets auprès des entraîneurs

***pour les loisirs possibilité de s'inscrire après la séance du samedi matin de 11h à 12h**

■ Jours et horaires des séances :

(Le nombre de séance hebdomadaire varie suivant l'âge, le niveau et l'objectif visé)

- **Jeunes (J10-J11-J12)** : mercredi **et/ou** samedi 13h30 - 16h
- **Jeunes (J13 - J14)** : mercredi **et** samedi 13h30-16h
-
- **Juniors (J15 - J16)** : mercredi 15h30 - 18h30, samedi 9h30 - 12h30
et dimanche 9h - 12h (pour commencer)
- **Juniors (J17 – J18)** : voir directement avec les entraîneurs
-
- **Handi Aviron et Sport Santé** : voir directement avec les entraîneurs
- **Universitaires** : voir directement avec les entraîneurs
- **Séniors – 23 ans, Séniors** : voir directement avec les entraîneurs

➤ **Loisirs :**

- jeudi 18h-20h,
- vendredi 9h-12h,
- samedi 9h-12h
- dimanche 9h-12h (pour les confirmés uniquement)

Les séances loisirs hors vacances scolaires sont encadrées par Anthony et Jean les jeudi et vendredi, et par Damien le samedi. Tous sont professionnels. Plusieurs bénévoles diplômés de l'initiateur fédéral apportent aussi leur contribution en fonction des besoins.

Suivant les conditions, les séances se déroulent sur le lac ou en intérieur. Des vêtements confortables et plutôt près du corps sont recommandés.

➤ **Avi-training**

○ Lundi 19h15-20h15



Damien vous propose une activité physique autour du rameur. Des exercices dynamiques, variés, pour améliorer votre cardio, faire du renforcement musculaire, dans une ambiance détendue et amicale !

Les personnes ayant une licence annuelle ou trimestre peuvent participer aux séances en achetant des tickets.

Les personnes qui ne veulent faire que l'activité avi-training doivent obligatoirement acheter la licence « Indoor » et fournir un certificat médical pour la première inscription, pour pouvoir ensuite acheter les tickets directement auprès de Damien.

■ Tarifs :

Catégorie	Année de naissance	Tarif
Jeunes (J10-J11-J12) (licence incluse)	2011 – 2012 – 2013	130€
Jeunes (J13 - J14) (licence incluse)	2009 – 2010	180€
Juniors (J15 - J16) (licence incluse)	2007 – 2008	190€
Juniors (J17 – J18) (licence incluse)	2005 – 2006	200€
Universitaires (licence incluse)		80€
Séniors – 23 ans, Séniors, Dirigeants, Sympathisant (licence incluse) Sport Handi et Sport santé (licence incluse)		200€
Loisirs :		
- Individuel (licence annuelle incluse)		290€
- Couple (2 licences annuelles incluses)		500€
- Trimestre (licence trimestre incluse)		135€
Avi-training :		
- Licence (si uniquement pratique Avi-training)		22€
- Séance à l'unité		10,00€
- Séance par lot de 10		70,00€

▪ Dossier d'inscription :

(fiche inscription + modèle certificat médical peuvent être téléchargés à partir du site <http://avironaix.fr/adhesion/>) ou à demander sur place

- ✓ **Remplir la fiche d'inscription + 1 photo identité pour les nouveaux**

- ✓ **Certificat médical :**
 - **obligatoire pour toute nouvelle adhésion adulte**
(formulaire disponible à l'accueil)
 - **pour les enfants mineurs, il n'est plus nécessaire de présenter un certificat, voir modalités sur la fiche d'inscription**

▪ Règlement (plusieurs possibilités) :

- **CHEQUE** (1 à 3 chèques, encaissement le 15/09, 15/10 et 15/11)
les chèques sont à dater du jour de l'inscription, à l'ordre de l'E.N.A.A.
- **ESPECES**
- **CHEQUE VACANCES - COUPON SPORT - CHEQUE SPORT ET BIEN ETRE**
- **Soutien à la pratique du sport :**
 - **PASS'REGION** (= apporter le PASS'REGION)
 - **PASS'SPORT** (= apporter le courrier reçu)
 - C'est 30€ et/ou 50€ qui seront déduits du montant de votre adhésion)