



# 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](mailto:avironaix@gmail.com) –

Téléphone : 04.79.88.12.07



## INFORMATIONS RENTREE 2023

### L'activité reprend :

- le mercredi 6 septembre, pour les jeunes
- le samedi 9 septembre pour les nouveaux adultes « loisirs »,  
(+ le 2/9 pour les inscrits de l'année dernière = encadrement par les bénévoles)

**Bienvenue à tous et bonne rentrée !**

# PORTES OUVERTES (gratuites)

**SAMEDI : 10H-12H**

- le 02/09,
  - le 09/09,
  - le 16/09
- 
- Présentation des techniques de base
  - Initiation gratuite sur le lac,
  - Visite du club et des infrastructures

## ■ Permanences pour les inscriptions

**Du 6 au 23 septembre 2023 :**

<b>JOUR</b>	<b>HORAIRE</b>
LUNDI	17h30-18h30
MERCREDI	13h15-14h15
JEUDI	17h-18h
SAMEDI*	13h15-16h30

**\* possibilité de s'inscrire après la séance du samedi matin à 10h pour les « loisirs » uniquement**

# 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** : à partir du samedi 9 septembre

- jeudi 18h-20h,
- vendredi 9h-12h,
- samedi
  - 8h-10h
  - 10h-12h (priorité aux débutants jusqu'à la Toussaint)
- dimanche 9h-12h (pour les autonomes uniquement)

**Les séances loisirs sont encadrées par des professionnels les jeudi, vendredi, et samedi. Plusieurs bénévoles diplômés de l'initiateur fédéral apportent aussi leur contribution en fonction des besoins.**

**Des vêtements confortables et plutôt près du corps sont recommandés.**

➤ **Avi-training** : à partir du lundi 11 septembre

▪ Lundi

• 18h15-19h15

• 19h15-20h15

**Damien Combe 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 tickets pour les séances s'achètent directement auprès de Damien (à l'unité 10€, par lot de 10 au prix de 70€)**

## ■ Tarifs :

Catégorie	Année de naissance	Tarif
Jeunes (J10-J11-J12) (licence incluse à 50.50€)	2012 – 2013 – 2014	130€
Jeunes (J13 - J14) (licence incluse à 50.50€)	2010 – 2011	180€
Juniors (J15 - J16) (licence incluse à 50.50€)	2008 – 2009	190€
Juniors (J17 – J18) (licence incluse à 50.50€)	2006 - 2007	200€
Universitaires (licence incluse à 22.80€)		80€
Séniors – 23 ans, Séniors, Dirigeants, Sympathisant (licence incluse) Sport Handi et Sport santé (licence incluse à 50.50€)		200€
Loisirs :	- Individuel (licence annuelle incluse à 50.50€)	290€
	- Couple (2 licences annuelles incluses)	500€
	- Trimestre (licence annuelle incluse à 50.50€)	135€
Avi-training :	- Pour personne non licencié au club cotisation d'entrée	50.50€
	- 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 :**

- **pour les enfants mineurs, il n'est plus nécessaire de présenter un certificat, voir modalités sur la fiche d'inscription**
- **rameurs majeurs compétiteurs (=participation aux régates), voir modalité 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)
  - **Carte OKEY Collège** (= apporter la carte)