

# SPORTS INDIVIDUELS...

## CRENEAUX ENFANTS PERFECTIONNEMENT et COMPETITION

Âges Niveaux	Créneaux horaires	Lieu (plan p.66)	Type	Documents d'inscription	Cotisations
*Baby d'athlé (5-6 ans) 2013 à 2014	Samedi 13h30 à 14h30	CSU José Savoye	L C	- Certificat médical ou questionnaire de santé si renouvellement - Feuille d'inscription section - Autorisation parentale - Copie carte identité	<b>160 € / an</b>  Réduction 2 <sup>ème</sup> inscription -15 € Réduction 3 <sup>ème</sup> inscription -35 € (non cumulable avec les tarifs couple CAS)
**Eveil athlétique (7-8-9 ans) 2010 à 2012	Mercredi 13h30 à 15h Samedi 14h30 à 16h				
**Poussins (10-11 ans) 2009 à 2010	Mercredi 15h à 16h30 Samedi 10h30 à 12h*** Samedi 16h à 17h30	Halle Jean Bouin Lille			
**Benjamins (12 à 13 ans) 2006 - 2007 Minimes (14-15 ans) 2004 - 2005	Mercredi 16h30 - 18h30 Vendredi 18h15 à 20h15 Samedi 10h à 12h	(d'octobre à avril)			

\* Maximum 12 enfants - \*\* Le respect des catégorie d'âges est essentiel chez les jeunes catégories -  
\*\*\* Créneau prioritaire pour les enfants du quarter Lille Moulin

Reprise  
le 11/09/19

**STAGE**  
TOUSSAINT - FEVRIER ET  
PAQUES

### Inscriptions 2019 - 2020

Samedi 22 et 29 juin de 13h30 à 16h30  
HALLE JEAN BOUIN  
Mercredi 26 juin et 3 juillet  
CSU Gaston Berger

EN SEPTEMBRE  
les samedis à la HALLE JEAN BOUIN  
les mercredis CSU Gaston Berger



Pour plus d'informations :  
[www.lilleucathletisme.wixsite.com](http://www.lilleucathletisme.wixsite.com)

La cotisation annuelle comprenant : 77€ Assurance Fédérale - 15€ adhésion au LUC pour frais administratifs,  
non remboursable

# ATHLETISME

Pour 2019-2020  
Les créneaux enfants et adultes Athlétisme  
et Santé loisirs sont ouverts à tout public  
et public adapté

Reprise  
le 11/09/19



## CRENEAUX ADULTES

Ages Niveaux	Créneaux horaires	Lieu (plan p.66)	Type	Documents d'inscription	Cotisations			
PISTE (800m à 5000m) CROSS-COUNTRY HORS-STADE Cadets à Master	Lundi, mercredi et jeudi 18h45 à 20h45	CSU José Savoye Halle Jean Bouin (d'octobre à avril)	L C	- Certificat médical ou questionnaire de santé si renouvellement - Feuille d'inscription section - Autorisation parentale - Copie carte identité	<b>Licence compétition et loisir Demi-fond</b> (piste et hors stade) <b>160 € / an</b> <b>Licence compétition Marche nordique</b> (accès aux compétitions régionales et certaines nationales) <b>210 € / an</b> <b>Formules :</b> <b>«Forme et santé plus»</b> Cette formule regroupe l'ensemble des activités du coach athlé santé : Marche nordique, Renforcement musculaire, Stretching postural, Runnig santé et Remise en forme <b>210 €/an</b> <b>«Forme et santé »</b> Cette formule regroupe 2 activités à choisir entre la Marche nordique, Renforcement musculaire, Stretching postural, Runnig santé et Remise en forme <b>195 €/an</b> <b>«Santé active »</b> Une activité coach athlé santé à choisir entre la marche nordique, le running santé ou la remise en forme ou renforcement musculaire <b>185 €/an</b> <b>Etudiants et personnels Lille 2</b> <b>100 € / an</b> (sur justificatif) <b>Autres Etudiants, demandeurs d'emploi 125 € / an</b> (sur justificatif) <b>Réductions</b> Tarif couple : 10 % de réduction supplé- mentaire sur le total des licences Réduction 2 <sup>ème</sup> inscription -15 € Réduction 3 <sup>ème</sup> inscription -35 € (non cumulable avec les tarifs couple CAS)			
<b>CRENEAUX SANTE...</b>								
MARCHE NORDIQUE (activité de marche avec bâtons, en milieu naturel et sur le Complexe Sportif)	Mercredi 18h15 à 19h45 Samedi 9h30 à 11h30 Dimanche 9h15 - 11h (un dimanche sur deux)	CSU José Savoye						
RENFORCEMENT MUSCULAIRE Activité gymnique tonique, pour tout public et public adapté	Mardi 18h15 à 19h15	Salle de cirque CSU José Savoye						
	Mercredi 18h45 à 19h30	Halle Jean Bouin						
STRETCHING POSTURAL Activité d'étirement : accès sur l'amélioration de la souplesse et la posture dorsale	Mardi 19h15 à 20h	Salle de cirque CSU José Savoye						
RUNNING SANTE Séance de course à pied pour débutant et non compétiteur	Mardi 20h à 21h Vendredi 20h15 à 21h15	Halle Jean Bouin						
REMISE EN FORME Activité d'amélioration de la condition physique tout public et public adapté	Mercredi 19h30 à 20h30	Halle Jean Bouin						

Pour la licence compétition : frais de mutation à régler en plus auprès de la LNPCA si nécessaire. Acceptons les chèques vacances ANCV  
Essai gratuit et inscription sur place aux jours et heures des séances. Documents d'inscription de la section au secrétariat d'accueil du L.U.C.

La cotisation annuelle comprenant : 77€ Assurance Fédérale - 15€ adhésion au LUC pour frais administratifs,  
non remboursable