

NATATION

Président : Michel JAVAUX
www.lucnatation.net
courriel : natation.luc@gmail.com

* Lieux de pratique

Piscine - CSU José Savoye - 180 avenue Gaston Berger - Lille
Piscine de Five - rue du Long pot- Lille
Piscine Plein Sud - Bd Eugene Duthoit - Lille
Piscine Marx dormoy - Avenue Marx Dormoy - Lille

* Créneaux horaires

Avenir : Filles 2011 et après - Garçons 2010 et après

Equivalence test SAUV'NAGE

Mardi 17h30 à 18h45 / Samedi 12h à 13h30 Piscine CSU
Mercredi 19h à 20h30 Piscine Plein Sud -

JEUNES : Filles : 2008 à 2010 - Garçons 2007 à 2009

Savoir réaliser un 100m 4 nages et 200m nage libre

Mardi 17h à 18h / Vendredi 17h30 à 18h30 Piscine Marx Dormoy
Mercredi 19h à 20h30 Piscine Plein Sud
Samedi 12h à 13h30 Piscine CSU

COMPETITION : Filles : 2007 et avant - Garçons 2006 et avant

Savoir réaliser un 200m 4 nages et un 400m nage libre

Mardi 18h à 19h45 Piscine CSU
Mercredi 13h30 à 15h / Vendredi 17h30 à 19h / Samedi 13h à 14h30 Piscine Marx Dormoy
Jeudi 19h30 à 20h30 Piscine Plein Sud

COMPETITION : Filles : 2006 et avant - Garçons 2005 et avant

Voir avec l'entraîneur en fonction du niveau (avoir deux temps minimum dans la grille régionale)

Lundi 18h30 à 19h30 / Mardi 6h30 à 8h - 18h à 19h30 / Mercredi 18h30 à 19h30 / Jeudi 6h30 à 8h - 18h à 20h / Vendredi 18h30 à 20h30 / Samedi PPG 12h à 13h Natation jusqu'à 14h30 Piscine Marx Dormoy

MASTERS COMPETITION : A partir de 1996 et avant

Savoir réaliser un 200m 4 nages et un 400m nage libre

Lundi, mardi, jeudi et vendredi 6h30 à 8h / Mercredi 12h à 13h30 Piscine Marx Dormoy

Mardi 20h30 à 21h30 Piscine Lille Fives

Jeudi 19h30 à 21h30 / Samedi 12h à 13h30 Piscine CSU

Ados perfectionnement Jeunes de 2002 à 2006

Savoir réaliser 2 nages minimum

Mercredi et samedi : 12h à 14h dans l'eau 12h15 à 13h45 Piscine Lille Fives

Adultes perfectionnement Adultes 2002 et plus

Savoir réaliser 2 nages minimum tête dans l'eau

Mercredi et samedi : 12h à 14h dans l'eau 12h15 à 13h45 - jeudi 20h30 à 21h30 Piscine Lille Fives

* Nos atouts et temps forts

Le LUC Natation est ouvert à toutes et à tous. Toutefois des «tests»

d'entrée spécifiques à chaque groupe sont réalisés afin de s'assurer des capacités initiales et des objectifs des nageurs et des nageuses

INFORMATION complémentaire : Lors des déplacements, des stages natation, le club participe au financement, mais une participation sera demandée en fonction de l'ampleur de l'évènement

(règlement possible en plusieurs fois)

Renseignements et inscriptions au secrétariat
d'accueil du L.U.C - 03.20.58.91.91 -
contact@luc.asso.fr



Reprise des cours

Lundi 7/09/20



* Cotisations

NOUVEL ADHERENT /

248 € Groupe Avenir - 278 € Autres groupes

235 € étudiants sur présentation de la carte

-20 € pour le 2ème - 30 € pour le 3ème inscrit d'une même famille

NOUVEL 2019/2020 /

223 € Groupe Avenir - 250 € Autres groupes

211 € étudiants sur présentation de la carte

* Documents d'inscription

Dossier complet auprès de la section -
1 certificat médical

* Tenue

Maillot de bain - lunettes de natation -
bonnet de bain