

NATATION SYNCHRONISEE

Président : Christine VANUXEM

<https://abcnatation.fr/sc/180592584NS>

La page Facebook du LUC natation synchronisée

* Lieux de pratique

Piscine de Five - rue du Long pot- Lille

Piscine Plein Sud - Bd Eugene Duthoit - Lille

Piscine Marx dormoy - Avenue Marx Dormoy - Lille

* Créneaux horaires

Nos entraînements sont répartis, selon les groupes, sur les piscines de Fives, Plein-Sud et Marx Dormoy. Le planning des entraînements est communiqué en septembre. Fives : Lundi et Vendredi de 19h à 20h30. Plein Sud : Mardi et Vendredi de 19h à 21h. Marx Dormoy : Mercredi de 15h à 19h30. Jeudi de 18h30 à 19h30. Samedi de 13h à 18h.

En plus de temps en piscine, les entraînements se construisent sur des temps de travail au sol - en bord de bassin ou en salle.

* Conditions d'entrée

Pas d'âge limite. Les nouvelles arrivées au sein du club se font :
- lors de tests d'aptitudes pour les nageurs/nageuses n'ayant jamais pratiqué de sports aquatiques. - par positionnement directement dans les groupes de pratique selon niveau

* Nos atouts et temps forts

La natation artistique est un sport collectif aux multiples facettes corporelles, alliant force et souplesse, expression artistique et acrobatique, dans le milieu aquatique que nous aimons apprivoiser. Notre section, créée en 1986 au sein du LUC, accueille une diversité de pratique en natation artistique, du loisir à la performance, de la compétition régionale aux niveaux nationaux

Le LUC natation artistique accueille des athlètes âgé.e.s de 06 à 60 ans et plus, nouveaux arrivants, jeunes adultes reprenant leur pratique, ou adultes désirant se mettre à une pratique originale sportive. Intégrée à la FFN (Fédération Française de Natation), la section participe à tous les temps qu'elle propose : compétitions, formations, stages. Les apprentissages de nos jeunes athlètes s'élaborent à partir des règlements fédéraux, et s'adaptent le plus possible à l'enfant, à ses désirs et ses ambitions. Outre les championnats régionaux et challenges auxquels nous sommes familiers, nous participons aux championnats de France toutes catégories, qui accueillent notre équipe de jeunes nageuses adultes, ainsi qu'aux championnats de France Maîtres (athlètes 22 ans et +), et championnats d'Europe / Monde Maître. De plus, notre discipline étant à la frontière du sport et de la pratique artistique, nos équipes participent à divers galas, présentations, et temps de démonstrations de la ville ou de nos clubs voisins. Nos équipes loisirs sillonnent les galas de la région pour présenter leurs ballets, et prouver l'importance de la pratique sportive à tout âge et à toute envie. Enfin, nous intégrons les athlètes, leur famille et amis, en développant la vie associative du club ; bénévoles aux événements (gala, compétitions), bénévoles couture, bénévoles organisant les différents déplacements et évidemment supporters de nos athlètes lors des compétitions et épreuves individuelles. L'ensemble des forces vives de la section consolide le développement sportif tout soutenu qu'il est par ses bénévoles, de l'entraîneur à l'athlète, acteur de sa propre pratique.



Reprise des cours

Mercredi 8/09/21



* Tenue

Maillot de bain, bonnet de bain, lunettes de piscine et pince-nez obligatoires. Short ou legging, T-shirt pour les entraînements en salle. Une gourde, des élasti-bandes, des poids de 500g (fitness), selon les niveaux de pratique. La tenue du club (short, T-shirt, maillot de bain, bonnet) est exigée pour les niveaux de pratique compétitive.

* Documents d'inscriptions

* Certificat médical - 1 photo - 2 enveloppes timbrées

* Cotisations

Loisir (1 entraînement/semaine) : 190 €

Tarif plein (2 entraînements semaine) : 250 €

Etudiant Lille 1 : 190 €

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

ou

Nouvel(les) nageurs/nageuses :
Christine Vanuxem - 06 95 48 86 52
Athlètes ayant déjà pratiqué la NA :
Marie-Noëlle Noulard - 06 70 73 03 77