

Programme des activités périscolaires

Natation 2013-2014

Inscription à partir du 6 juin 2013 (pas avant)
Début des cours le lundi 16 septembre 2013

Pour les nouveaux nageurs intégrant les cours

Afin de vous orienter le mieux possible dans le choix d'un cours, nous organisons des séances de test aux dates reprises ci-dessous. A la fin de la séance, le moniteur vous signalera le niveau de l'enfant.

Nous vous remercions de confirmer votre participation à l'entraîneur principal au plus tard la veille par email.

Remarque : si votre enfant doit passer un test pour connaître son niveau, il est inutile d'envoyer une fiche d'inscription avant d'avoir effectué le test. Merci pour votre compréhension.

<i>Mercredi 12 juin 2013</i>	Piscine de la V.U.B.	Rendez-vous à 13h45 à l'entrée
<i>Vendredi 14 juin 2013</i>	Piscine de la V.U.B.	Rendez-vous à 17h au bord de l'eau
<i>Samedi 15 juin 2013</i>	Piscine de la V.U.B.	Rendez-vous à 10h à l'entrée
<i>Samedi 22 juin 2013</i>	Piscine de la V.U.B.	Rendez-vous à 10h à l'entrée
<i>Samedi 07 septembre 2013</i>	Piscine de la V.U.B.	Rendez-vous à 10h à l'entrée
<i>Samedi 14 septembre 2013</i>	Piscine de la V.U.B.	Rendez-vous à 10h à l'entrée
<i>Vendredi 20 septembre 2013</i>	Piscine de la V.U.B.	Rendez-vous à 17h au bord de l'eau
<i>Samedi 21 septembre 2013</i>	Piscine de la V.U.B.	Rendez-vous à 10h à l'entrée

Niveau 1 : Apprentissage – Ecole de natation

OBJECTIF : faire acquérir aux jeunes une technique de base en crawl, en brasse et en dos.

- Enfants à partir de 5 ans.
- Groupe de 8 enfants par moniteur.
- Inscription à l'année.
- Nouveaux groupes d'accoutumance après les vacances de carnaval.

Piscine de la V.U.B.		<i>Moniteur responsable : Van Lerberger O. Moniteurs : Catherine, Sylvie, Alby, Gaël</i>		
Vendredi		<i>Horaire</i>	<i>Prix</i>	<i>Code</i>
<i>Accoutumance</i> But : ne plus avoir peur de l'eau, flèche ventrale et dorsale.		18h00 – 18h30	175 €	58311
<i>Apprentissage 1</i> But : apprendre le crawl et le dos crawlé.		18h00 – 18h30	175 €	58312
<i>Apprentissage 2</i> But : apprendre la brasse apprendre la respiration en crawl et en brasse.		18h00 – 18h30	175 €	58313
Samedi				
<i>Accoutumance</i> But : ne plus avoir peur de l'eau, flèche ventrale et dorsale.		12h00 – 12h40	175 €	68311
<i>Apprentissage 1</i> But : apprendre le crawl et le dos crawlé.		12h00 – 12h40	175 €	68312
<i>Apprentissage 2</i> But : apprendre la brasse apprendre la respiration en crawl et en brasse.		12h00 – 12h40	175 €	68313
<i>Apprentissage 3</i> But : coordination dans les 3 nages.		12h00 – 13h00	239 €	68314

Niveau 2 : Perfectionnement

OBJECTIFS : faire acquérir aux jeunes une endurance en perfectionnant leur style dans les 3 nages et apprentissage du papillon.

- Enfants à partir de 7 ans (2^e primaire).
- Inscription à l'année.
- Pas de transport scolaire pour les enfants seuls de moins de 8 ans.
- Pas de transport pour le cours du mercredi à la VUB.
- Le cours du vendredi au Poséidon ne sera organisé que si au moins 12 nageurs y sont inscrits à la date du 10 septembre 2012.

Remarque: les * indiquent le niveau du cours (* début perfectionnement, *** fin de perfectionnement)

<i>Jour</i>	<i>Piscine</i>	<i>Niveau</i>	<i>Horaire</i>	<i>Moniteur</i>	<i>Prix</i>	<i>Code</i>
Lundi	Longchamp Uccle	* **	16h30 – 18h00	Wendy	239 €	1812
Mardi	Longchamp Uccle	** ***	16h30 – 18h00	Gaël & Sacha	239 €	2812
Mercredi	V.U.B. Ixelles	* à ***	13h45 – 15h15	Wendy & Sophie	239 €	3832
Jeudi	Longchamp Uccle	***	16h30 – 18h00	Gaël	239 €	4812
Vendredi	Poséidon Woluwé St Lambert	* **	16h45 – 18h15	Aly-Reza	239 €	5822
	V.U.B. Ixelles	***	16h45 – 18h00	Sylvie	239 €	5832
Samedi	V.U.B. Ixelles	* à **	11h00 – 12h00	Catherine & Sylvie	239 €	6832
		***	10h00 – 11h00	Catherine	239 €	6832b

Possibilité de s'inscrire pour 2x semaine : 405 € ou pour 3x semaine : 535 €

Niveau 3 : Entraînements

OBJECTIFS : faire acquérir aux jeunes une certaine endurance et leur donner envie de faire de la compétition. Ce type d'entraînement est fréquenté aussi bien par les nageurs de compétition que par des jeunes venant juste pour pratiquer la natation.

- Enfants à partir de 8 ans (3^e primaire).
- Inscription à l'année.
- Pour le Poséidon uniquement sur l'avis de l'entraîneur principal.

<i>Jour</i>	<i>Piscine</i>	<i>Horaire</i>	<i>Moniteur</i>	<i>Prix</i>	<i>Code</i>
Mardi	Poséidon Woluwé St Lambert	16h45 – 18h15	Alex	239 €	2823
Mercredi	V.U.B. Ixelles	13h45 – 15h15	Déborah	239 €	3833
Jeudi	Longchamp Uccle	16h30 – 18h00	Aly-Reza	239 €	4813
	Poséidon Woluwé St Lambert	16h45 – 18h15	Thierry	239 €	4823
Vendredi	V.U.B. Ixelles	16h45 – 18h00	Alby	239 €	5833
Samedi	V.U.B. Ixelles	10h00 – 11h00	Sylvie	239 €	6833

Possibilité de s'inscrire pour 2x semaine : 405 € ou pour 3x semaine : 535 €

Niveau 4 : Compétition

OBJECTIFS : préparer les nageurs aux différentes compétitions de la saison en leur apportant des conseils techniques tant au point de vue des nages, des départs et des virages. Ces entraînements ne sont ouverts qu'aux nageurs de compétitions.

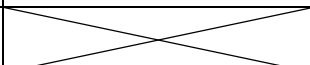
- Enfants à partir de 8 ans (3^e primaire).
- Inscription à l'année.
- Uniquement sur l'avis de l'entraîneur principal.
- Les entraînements **longs** du mardi et du jeudi uniquement pour les nageurs de plus de 13 ans (pour les moins de 13 ans, choisir entraînement).
- Entraînement du vendredi maximum 21 nageurs.
- Entraînement du samedi maximum 8 nageurs.

<i>Jour</i>	<i>Piscine</i>	<i>Horaire</i>	<i>Moniteur</i>	<i>Prix</i>	<i>Code</i>
Lundi	Poséidon Woluwé St Lambert	16h45 – 18h15	<i>Sophie & Michael (Olivier)</i>	239 €	1824
Mardi	Poséidon Woluwé St Lambert	16h45 – 18h45	<i>Aly-Reza</i>	320 €	2824
Mercredi	V.U.B. Ixelles	13h45 – 15h15	<i>Michael</i>	239 €	3834
Jeudi	Poséidon Woluwé St Lambert	16h45 – 18h45	<i>Olivier</i>	320 €	4824
Vendredi	V.U.B. Ixelles	16h45 – 18h30	<i>Olivier & Thierry Sacha & Michael</i>	320 €	5834
Samedi	V.U.B. Ixelles	10h00 – 12h00	<i>Gaël</i>	320 €	6834

Possibilité de s'inscrire pour 2x semaine : 480 € ou pour 3x semaine : 535 €

Pour les parents

Une ligne d'eau est mise à votre disposition pour nager pendant que vos enfants suivent les cours.

<i>Jour</i>	<i>Piscine</i>	<i>Horaire</i>	<i>Moniteur</i>	<i>Prix</i>	<i>Code</i>
Samedi	V.U.B. Ixelles	10h00 – 11h00		90 €	6835

Renseignements pratiques

*** Adresses des piscines**

- 1 *Piscine Longchamp* Square De Fré 1 - 1180 Bruxelles
- 2 *Piscine Poséidon* Avenue Vaillants 2 - 1200 Bruxelles
- 3 *Piscine de la V.U.B.* Boulevard du Triomphe, accès 8, Batiment L - 1050 Bruxelles

* Inscriptions

Du 6 juin au 30 septembre 2013, les inscriptions se font auprès de l'entraîneur principal (coordonnées ci-dessous). Au-delà de cette date, les inscriptions se font auprès du bureau de Césame à l'École Européenne d'Uccle.

Les formulaires sont disponibles sur le site www.eeb1.be à la rubrique Césame – natation.

Lorsque le formulaire est complété, il doit être remis soit au bureau des activités périscolaires d'Uccle, soit à l'entraîneur principal.

Pour plus de facilité, complétez et renvoyez le formulaire par e-mail.

* Renseignements supplémentaires

Pendant les heures de bureaux, *CESAME* activités périscolaires d'Uccle

Tel: 02 375 31 35

Email : Cesame@apeee-bxl1-services.be

En soirée durant la semaine (20h – 21h30), Olivier Van Lerberger, *entraîneur principal*

Tel: 010 65 05 35

Email : cesame-natation@skynet.be

* Règlements

1. La participation aux cours

- Les élèves peuvent bénéficier d'une séance d'essai avant de s'inscrire. Au-delà d'un essai, plus aucun élève ne sera accepté dans le bassin si son inscription n'est pas en règle.
- Les élèves, qui ont oublié leurs affaires de piscine ou qui sont indisposés et ne peuvent donc pas se baigner, sont priés de ne pas se rendre à la piscine et de rentrer à leur domicile ou de rester à la garderie. Si un élève se présente à la piscine, malgré tout, les parents seront prévenus et devront venir chercher leur enfant immédiatement. Les moniteurs ne peuvent en aucun cas assurer la surveillance d'un enfant qui ne se joint pas au groupe.

2. Si un cours est annulé,

- les moniteurs préviendront les nageurs lors des cours précédents;
- dans la mesure du possible un email sera envoyé aux parents.

3. Si un cours est annulé le jour même, un moniteur est sur place et attend que tous les enfants soient partis.

4. Les moniteurs restent à la piscine 15 minutes maximum après la fin du cours.

5. Transport scolaire : les élèves de l'école européenne d'Uccle, qui ne sont pas inscrits au transport scolaire et veulent utiliser ce service pour se rendre à la piscine, devront impérativement s'inscrire auprès du bureau des transports et s'acquitter d'une cotisation de 100€.

L'acceptation de l'inscription au service transport se fera dans la limite des places disponibles.