

Le Bayeux Olympique Natation (B.O.N.) est une association de type «loi de 1901» créé en 1976 et affiliée à la Fédération Française de Natation. Avec plus de 40 ans d'expérience, le B.O.N. a pour objectifs d'apprendre à nager, de familiariser et de perfectionner les enfants et adultes, avec des entraînements spécifiques et adaptés à chaque groupe de niveau.

Inscriptions le Samedi 7 septembre 2019 de 10 heures à 14 heures dans le hall de la piscine de Bayeux.

- ✓ Sans augmentation de cotisation votre enfant à la possibilité d'évoluer et de changer de groupe durant l'année.
- ✓ Avec deux tarifs différents les enfants ou adultes on le choix de ne faire qu'un seul ou plusieurs cours.
- ✓ Deux séances d'essais gratuites.
- ✓ Un test sera effectué pour chaque nouvel adhérent.

PAS DE COMPETITIONS

Apprendre à nager aux enfants afin de les diriger ensuite vers une familiarisation des 2 ou 3ème nages que la natation propose.

Cours de 40 minutes avec évolution dans l'année vers les cours de 45 minutes puis d'une heure suivant le niveau de l'enfant.

Familiarisation des enfants et des adultes afin d'améliorer leur aisance et technique dans l'eau sur 3 ou 4 nages .

Enfants	Mercredi à partir de 11h30 ou Samedi 11h30 ou 12h15
Ados tous niveaux	Mercredi 12h30 ou Samedi 13h
Adultes loisirs et perfectionnement	Lundi 19h ou 20h Mercredi à partir de 11h30 ou 19h

COMPETITIONS FACULTATIVES

La natation sportive a des vertus éducatives. Elle aide les jeunes à se construire et à s'épanouir, à travers des expériences fortes, se fixer des défis, des objectifs ; éprouver la satisfaction de voir ses efforts récompensés, faire l'apprentissage de la persévérance face aux échecs, trouver sa place dans une équipe et découvrir les valeurs de partage.

Nageurs confirmés	Lundi 19h Mercredi à partir de 11h30 ou 19h Samedi 14h
Adultes compétitions	Lundi 19h ou 20h Mercredi à partir de 11h30 ou 19h

Cours d'une heure pour les adultes ou plus suivant votre envie.
Travail d'endurance et perfectionnement des 4 nages.

Pièces à fournir :

- ❖ 1 Certificat médical autorisant la pratique de la NATATION SPORTIVE
- ❖ Documents signés « Inscription » et « Droit à l'image »
- ❖ Enfant (moins de 18 ans, sauf étudiant - 25 ans sur justificatif)
Tarif 150 € ou plusieurs cours 225 € (Chèque à l'ordre du B.O.N).
- ❖ Le Club accepte les Chèques Vacances et les Coupons Sport (sans rendu de monnaie) ainsi que les Atoos du Conseil Régional pour les 15-25 ans.
- ❖ Adulte (à partir de 18 ans)
Tarif : 180 € ou plusieurs cours 250 € - Parent d'un enfant du Club 165 € ou 235 €

Reprise de tous les entrainements samedi 14 septembre 2019.