

TARIFS DES STAGES

Grenouilles et poissons

Cours gratuits dans le cadre du projet B.A.ba'Thau Nature de la Ville de Mèze.

3 stages sont proposés :

du 29 juin au 18 juillet 2009 ; du 20 juillet au 8 août 2009 et du 10 au 29 août 2009.

Cours collectifs des têtards, adultes natation et aquagym

TARIFS AU MOIS (4 SEMAINES) :

1 cours par semaine : 42 € (4 séances)

2 cours par semaine : 67 € (8 séances)

3 cours par semaine : 105 € (12 séances)

OU FORFAITS :

5 cours à la carte : 70 €

10 cours à la carte : 120 €

Cours particuliers

(de 1 à 2 personnes max à partir de 3 ans).

1 séance : 22 €

5 séances : 87 €

10 séances : 160 €

Remise de 10% par stage pour les membres d'une même famille (ex : deux frères en cours particulier).

Accès, accompagnement et accueil Handiplage individuel

Aide et accompagnement à la demande (contacter le club préalablement).

ALSH* et groupes handi natation

5 € par personne. Animations encadrées par les moniteurs. Contacter le YCM.

* ALSH : Accueil de Loisirs Sans Hébergement

Animations aquatiques

1 séance : 8 €

Forfait semaine (5 séances) : 25 €

Remise de 10% par stage pour les membres d'une même famille (ex : deux frères en cours particulier).



52 rue de la Méditerranée
BP 55 - 34140 Mèze

Tél : 04 67 43 59 51

Mail : contact@ycmeze.com

Web : www.ycmeze.com



Natation gratuite pour tous les élèves de Mèze

Dans le cadre du projet voile environnement « B.A.ba'Thau Nature » porté par la Ville de Mèze, le Yacht Club de Mèze évalue le niveau de natation des élèves des classes élémentaires de la commune. En fonction de ce test, les enfants qui présentent une appréhension ou une difficulté à évoluer dans le milieu aquatique bénéficient, durant l'été, des cours de natation entièrement financés par la Ville.



NATATION . AQUAGYM ANIMATIONS AQUATIQUES

Durant l'été, sur la plage du Taurus, le Yacht Club de Mèze propose des



cours de natation, des séances d'aquagym et diverses animations aquatiques pour tous les publics. Ces activités sont encadrées par un maître nageur sauveteur (Brevet d'Etat d'Eduteur Sportif aux Activités de Natation).

DESSCRIPTIF DES SÉANCES

Du 29 juin au 29 août 2009. Séance de 30 minutes, 2 à 3 fois par semaine.

Publics : enfants de 4 à 15 ans, adultes (plus de 15 ans).

Cours collectifs pour les scolaires
(8 à 10 enfants).

Grenouilles : appréhension du milieu aquatique.

Poissons : apprentissage des nages ventrale et dorsale.

Cours collectifs natation enfants
(8 à 10 enfants)

Têtards (4-6 ans) : éveil aquatique.

Cours collectifs adultes
(10 personnes)
Natation, perfectionnement quatre nages.

Aquagym
(15 personnes)
Activité sport et bien être.

Cours particuliers
(1 à 2 personnes) Tout public.

Handi . accueil de loisirs sans hébergement
Créneaux réservés pour ces structures. Contact : YCM

Animations aquatiques
(à partir de 8 ans).
Initiation au sauvetage, jeux aquatiques, rando aquatique, water polo, volley...

Documents administratifs
Fiche d'inscription remplie.
Certificat de scolarité sur Mèze pour les grenouilles et les poissons.

Équipement individuel
Maillot, serviette, lunettes de piscine.



PLANNING NATATION : ETE 2009



LUNDI

10h30 à 11h00
Grenouilles

11h15 à 11h45
Poissons

14h15 à 16h45
Groupe Handi ou ALSH

16h45 à 18h10
Initiation aux 1^{er}
gestes de sauvetage

18h20 à 19h05
Aquagym

MARDI

9h30 à 10h15
Aquagym

10h30 à 11h00
Cours particulier

11h15 à 12h00
Têtards (4-6 ans)

14h15 à 16h45
Groupe Handi ou ALSH

16h45 à 18h10
Jeux collectifs
aquatiques

18h20 à 19h05
Aquagym

MERCREDI

10h30 à 11h00
Grenouilles

11h15 à 11h45
Poissons

14h15 à 16h45
Groupe Handi ou ALSH

16h45 à 18h10
Rando aquatique
(masque palmes tuba)

18h20 à 19h05
Aquagym

JEUDI

10h30 à 11h00
Cours particulier

11h15 à 11h45
Cours particulier

12h00 à 12h30
Cours particulier

14h15 à 16h45
Groupe Handi ou ALSH

16h45 à 18h10
Jeux collectifs
aquatiques

18h20 à 19h05
Aquagym

VENDREDI

10h30 à 11h00
Grenouilles

11h15 à 11h45
Poissons

14h15 à 16h45
Groupe Handi ou ALSH

16h45 à 18h10
Jeux collectifs
aquatiques
"The big tournois"

18h20 à 19h05
Aquagym

SAMEDI

9h30 à 10h15
Aquagym

10h30 à 11h00
Cours particulier

11h15 à 11h45
Têtards (4-6 ans)

12h00 à 12h30
Perfectionnement adultes

12h45 à 13h15
Cours particulier

14h15 à 16h45
Groupe Handi ou ALSH

16h45 à 18h10
Jeux collectifs
aquatiques
"The big tournois"
la revanche

18h20 à 19h05
Aquagym

Activités aquatiques proposées
par le Yacht Club de Mèze
du 29 juin au 29 août 2009
Plage du Taurus

