

SQN Saison 2019 / 2020 Créneaux horaires

École de natation						
Groupe	prés requis	Nb séances	Jours	la bul	Gauchy	Horaires
sauv'nage 1	11 ans et moins	1	mardi		X	17h00 / 17h45
sauv'nage 2	11 ans et moins	1	mardi		X	17h45 / 18h30
pass'sport 1	titulaire du sauv'nage	2	mercredi		X	12h00 / 13h00
			samedi		X	16h30 / 17h30
pass'sport 2	titulaire du sauv'nage	2	mercredi		X	12h00 / 13h00
			samedi		X	16h30 / 17h30
pass'sport 3	titulaire du sauv'nage	2	mercredi		X	13h00 / 14h00
			samedi		X	17h30 / 18h30
pass'sport 4	titulaire du sauv'nage	2	mercredi		X	13h00 / 14h00
			samedi		X	17h30 / 18h30
pass'compétition 1	titulaire du pass'sport	3	mardi		X	18h30 / 19h30
			jeudi	PPG salle jean bouin		18h30 / 20h00
			Samedi		X	15h30 / 16h30
pass'compétition 2	titulaire du pass'sport	3	mardi		X	19h30 / 20h30
			jeudi	PPG salle jean bouin		18h30 / 20h00
			Samedi		X	15h30 / 16h30

Loisirs						
4 Nages 1	12ans - 17ans	1	samedi		X	15h30 / 16h30
Masters	après terminal	3	lundi		X	20h30 / 21h30
			samedi(autonomie)		X	16h30 / 17h30 - 17h30 / 18h30
Water - Polo						
Water - Polo	15 ans et +	2	jeudi		X	20h30 / 23h00
			Vendredi		X	21h00 / 23h00

Section Compétition						
Groupe	prés requis	Nb séances	Jours	la bul	Gauchy	Horaires
natathlon	avoir le pass'compétition (categorie avenir et jeunes)	4	mercredi		X	17h00 / 18h30
			jeudi	PPG salle jean bouin		18h30 / 20h00
			vendredi		X	18h15 / 19h15
			Samedi		X	8h00 / 9h00
Élites	selon critères des membres techniques	6	Lundi		X	18h30 / 20h30
			mardi	muscultation palais des sports		18h30/20h00
			mercredi		X	18h30 / 20h30
			jeudi	PPG salle jean bouin		18h30 / 20h00
			vendredi		X	19h00 / 21h00
			samedi		X	13h30 / 15h30
			samedi (juniors region et +)	muscultation palais des sports (obligation d'aller à l'entrainement de natation après pour participer à cet entrainement)		9h00 / 10h30

SAINT QUENTIN NATATION
Association sportive agréée par le ministère de la Jeunesse et des Sports et agréée ÉCOLE DE NATATION FRANÇAISE par la FÉDÉRATION FRANÇAISE DE NATATION

Tarifs saison 2019/ 2020			
	sauv'nage / 4 nages	pass'sport de l'eau / polo adulte / pass'compétition / master	Natathlon / elites
1 personne	155	195	200
2 ème personne	147	187	192
3 ème personne	139	179	184
4 ème personne	131	171	176
5 ème personne	123	163	168

Les horaires indiqués ci-dessus sont les horaires du début de l'entraînement dans l'eau; il faudra donc venir 10 minutes en avance pour pouvoir faire l'échauffement à sec