



# DOSSIER D'INSCRIPTION SAISON 2025-2026



Agglopolys  
Communauté  
d'Agglomération  
de Blois



Centre-  
Val de Loire

[www.regioncentre-valde Loire.fr](http://www.regioncentre-valde Loire.fr)



## DOSSIER D'INSCRIPTION

**Le dossier d'inscription complet sera composé des éléments suivants :**

### **1 - La fiche d'inscription dûment complétée.**

Téléchargeable sur [www.aajblois.com](http://www.aajblois.com) onglet inscription  
Ou fournie sur place les jours d'inscriptions

### **2 - La fiche de licence dûment complétée**

Téléchargeable sur [www.aajblois.com](http://www.aajblois.com) onglet inscription  
Ou fournie sur place les jours d'inscriptions

### **3 - Moyens de paiement**

Par carte bancaire

Par chèque libellé à l'ordre de « l' AAJB NATATION » : possibilité paiement en 3 fois

Les chèques-vacances, coupons sports et passeport temps libre de la CAF sont acceptés, en cas de complément par chèque : **1 seul chèque pour le différentiel**

### **4 - Le questionnaire de santé « QS - SPORT » et le Certificat médical**

**Vous êtes mineur:**

- Le questionnaire QS-Sport est obligatoire.

Si vous avez répondu OUI à au moins une question, un certificat médical doit être fourni

**Vous êtes majeur compétition:**

- Le questionnaire QS-Sport est obligatoire

- Le certificat médical doit être fourni si:

- Vous êtes nouvel adhérent ou n'avez pas été licencié depuis plus d'1an  
OU

- Vous avez répondu OUI à au moins une question du questionnaire QS-Sport

**Vous êtes majeur non compétiteur:**

- Le formulaire QS-Sport et le certificat médical ne sont pas obligatoire

**Aucun dossier incomplet ne sera accepté  
Les dossiers sont à remettre lors des inscriptions  
et uniquement par voie postale passé cette période**

# Périodes d'inscriptions

## Reprise des activités

**15 Septembre 2025**

**25 août pour les Benjamins et Confirmés**

### **RENOUVELLEMENTS**

#### **Pour tous les groupes**

Date: A partir du 25 août

Lieu: Sur le site monclub  
<https://aajb.monclub.app>



Date Les 1,3 et 5 septembre  
de 18h à 20h

Lieu: Au club House de l'AAJB, en  
face de la piscine Agl'eau

### **NOUVELLES ADHÉSIONS**

#### **Pour les groupes adultes**

Date: 8 septembre  
De 18h00 à 20h00

Lieu: Au club House de l'AAJB, en  
face de la piscine Agl'eau

#### **Pour les groupes enfants et adolescents**

Date: 10 septembre de 15h à 20h  
11 septembre de 17h à 20h

Lieu A la piscine Tournesol, rue  
Samuel Champlain

**TEST OBLIGATOIRE**  
**(pensez à venir avec un maillot de bain)**

## ATTESTATION C.E

Au moment de votre inscription, nous vous demandons de régler intégralement votre cotisation.

Si votre CE prend en charge partiellement ou totalement votre adhésion, nous vous rembourserons la somme dûe après avoir encaissé le chèque de votre CE.

**Les attestations CE seront adressées par mail.**

## RÉDUCTIONS ACCORDÉES SUR LES TARIFS

**Etudiants sur justificatif** : - 20,00 €

**Réduction pour un même foyer par inscriptions simultanées** :

A partir de la 3ème personne ou 2 enfants : - 15,00 €

A partir de la 4ème personne ou 3 enfants : - 30,00 €

A partir de la 5ème personne ou 4 enfants : - 75,00 €

Ces réductions sont à appliquer sur le montant total à régler pour un même foyer.

## BNSSA (BREVET NATIONAL DE SÉCURITÉ ET DE SAUVETAGE AQUATIQUE)

Le club s'inscrit dans une dynamique de formation et propose des cours de préparation à l'examen du BNSSA à tout licencié des groupes compétitions.

Ce diplôme permet d'exercer le métier de surveillant de baignade.

Le club met à disposition des créneaux de préparation à l'examen et le passage du PSE1 qui est un prérequis pour l'obtention du BNSSA.

L'élève rejoindra le groupe départemental ou confirmé

Cout de l'examen BNSSA : 550€ (en complément de la licence compétition).

Ecole de Natation entre 30min et 45 min	
Forfait 2 séances ( Têtards, Tortues, Grenouilles et Pingouins )	250,00 €
Forfait 1 séance (Requins et Ados) 1h*	200,00 €
Compétition Natation Course	
Avenirs & Benjamins	260,00 €
Masters compétition	300,00 €
Autres groupes compétition	260,00 €
Water-Polo	
Ecole de polo + 1 séance en Ecole de natation	250,00 €
Water-polo ( 3 entrainements/semaine)	280,00 €
Natation Perfectionnement	
1 séance par semaine	200,00 €
2 séances par semaine	250,00 €
3 séances par semaine	300,00 €
Gymnastique Aquatique	
1 séance par semaine	200,00 €
2 séances par semaine	250,00 €
3 séances par semaine	300,00 €
Aquabike	
Forfait 1 période (10 séances)	120,00 €
Forfait 3 périodes (30 séances)	330,00 €
Natation Artistique	
1 séance par semaine + 1 séance en Ecole de natation	210 €
*Possibilité de participer à des séances hebdomadaires supplémentaires	

## **PUBLIC CONCERNE**

Les activités de l'école de natation s'adressent à tous les enfants de 6 ans à 17 ans souhaitant recevoir une formation complète de nageur.

## **ACTIVITES**

Les jeunes, intégrant notre école, suivront le processus de formation préconisé par la FFN. Il s'articule autour de trois notions fondamentales : savoir nager, construire sa maîtrise de l'eau et découvrir la compétition.

## **NOUVEAU : MULTI-ACTIVITES**

Les jeunes faisant partie des groupes Grenouilles, Pingouins ou Requins peuvent, en plus de leur formule, 1 ou 2 fois par semaine, pratiquer au sein de *l'école de polo* ou de *l'école de natation artistique*. (voir créneaux sur la page concernée).

## **QUEL GROUPE ?**

Les nageurs sont inscrits dans les groupes en fonction de leur niveau. Pour les nouveaux adhérents, un test sera proposé par les éducateurs du club lors de l'inscription.

## **COUPE JEAN-LOUIS DEDIEU (JLD)**

Chaque enfant des groupes Grenouilles, Pingouins et Requins est invité à participer aux 3 étapes de la Coupe Jean-Louis Dedieu organisée au cours de la saison. Cette animation permet entre autres de constater les progrès de chacun.

<b>Têtards / Tortues</b>				
<b>Âges indicatifs</b>	<b>6-8 ans</b>			
<b>Description</b>	Première étape de la formation, elle permet une familiarisation avec le milieu aquatique, l'apprentissage de compétences assurant la sécurité du nageur, et initie aux premiers déplacements avec une alternance entre les bassins apprentissage et sportif.			
<i>Groupe/ Niveau</i>	<i>Jours</i>	<i>Horaires</i>	<i>Piscines</i>	<i>Bassins</i>
<b>Têtards 1</b>	Mardi Mercredi	17h30 à 18h00 13h45 à 14h15	Agl'eau	Sportif Apprentissage
<b>Têtards 2</b>	Mercredi Jeudi	16h30 à 17h00 18h00 à 18h30	Agl'eau	Apprentissage Sportif
<b>Têtards 3</b>	Mercredi Samedi	17h00 à 17h30 14h15 à 14h45	Agl'eau	Apprentissage Sportif
<b>Tortues 1</b>	Mardi Mercredi	18h00 à 18h30 13h45 à 14h15	Agl'eau	Sportif Apprentissage
<b>Tortues 2</b>	Mercredi Jeudi	16h30 à 17h00 18h00 à 18h30	Agl'eau	Apprentissage Sportif
<b>Tortues 3</b>	Mardi Mercredi	18h30 à 19h00 17h00 à 17h30	Agl'eau	Sportif Apprentissage

<b>Grenouilles / Pingouins</b>				
<b>Agés indicatifs</b>	<b>7-10 ans</b>			
<b>Description</b>	L'enfant s'enrichit des capacités communes à tous les sports aquatiques (déplacements, respiration, entrée dans l'eau. L'apprentissage et le perfectionnement des techniques de nages apparaissent à ce niveau avec une alternance entre les bassins apprentissage et sportif.			
<i>Groupe/ Niveau</i>	<i>Jours</i>	<i>Horaires</i>	<i>Piscines</i>	<i>Bassins</i>
<b>Grenouilles 1</b>	Mardi Mercredi	19h00 à 19h45 13h00 à 13h45	Ag'l'eau	Apprentissage Sportif
<b>Grenouilles 2</b>	Mardi Mercredi	19h45 à 20h30 18h15 à 19h00	Ag'l'eau Tournesol	Apprentissage Sportif
<b>Grenouilles 3</b>	Mardi Mercredi	19h15 à 20h00 14h15 à 15h00	Ag'l'eau	Sportif Apprentissage
<b>Grenouilles 4</b>	Mercredi Jeudi	15h00 à 15h30 17h15 à 18h00	Ag'l'eau	Apprentissage Sportif
<b>Grenouilles 5</b>	Jeudi Samedi	18h45 à 19h30 13h45 à 14h30	Ag'l'eau Tournesol	Apprentissage Sportif
<b>Pingouins 1</b>	Lundi Mercredi	17h15 à 18h00 14h15 à 15h00	Ag'l'eau	Sportif Apprentissage
<b>Pingouins 2</b>	Mardi Mercredi	19h00 à 19h45 15h00 à 15h45	Ag'l'eau	Sportif Apprentissage
<b>Pingouins 3</b>	Mercredi Samedi	15h45 à 16h30 09h15 à 10h00	Ag'l'eau	Apprentissage Sportif
<b>Pingouins 4</b>	Mercredi Samedi	15h45 à 16h30 13h30 à 14h15	Ag'l'eau	Apprentissage Sportif

Requins				
<b>Âges indicatifs</b>	<b>10-14 ans</b>			
<b>Description</b>	Apprentissage et perfectionnement des techniques de nage (4 nages, virages, départs...). La continuité du développement des compétences aquatiques permet aux enfants de découvrir et de se familiariser avec les codes de la compétition .			
<i>Groupe/ Niveau</i>	<i>Jours</i>	<i>Horaires</i>	<i>Piscines</i>	<i>Bassins</i>
<b>Requins 1</b>	Mercredi	13h00 à 14h00	Ag'l'eau	Sportif
<b>Requins 2</b>	Samedi	10h00 à 11h00	Ag'l'eau	Sportif
Adolescents				
<b>Age</b>	<b>14-17 ans pour les non-compétiteurs</b>			
<b>Description</b>	Être autonome dans le grand bain. En début de saison, selon votre niveau, vous êtes orientés vers un groupe. En guise de fil directeur, votre moniteur a deux objectifs : entretenir et consolider vos acquis et vous apprendre de nouveaux gestes techniques			
<i>Groupe/ Niveau</i>	<i>Jours</i>	<i>Horaires</i>	<i>Piscines</i>	<i>Bassins</i>
<b>Ados 1 Confirmé</b>	Mercredi	16h30 à 17h30	Ag'l'eau	Sportif
<b>Ados 2 Confirmé</b>	Samedi	10h45 à 11h45	Ag'l'eau	Sportif
<b>Ados 3 Débutant</b>	Mercredi	17h30 à 18h30	Ag'l'eau	Sportif

## Perfectionnement

### PUBLIC CONCERNE

Tous les adhérents majeurs souhaitant se maintenir en forme.

### ACTIVITES

Pratique d'une activité de loisir permettant d'améliorer sa condition physique, son état de santé et sa maîtrise technique de la natation.

A chacun son niveau et ses objectifs :

Les différents groupes permettront l'apprentissage des nages avec un moniteur jusqu'à l'entretien de sa condition physique avec un programme adapté

APPRENTISSAGE ADULTE				
<b>Description</b>	Être autonome dans le grand bain. En début de saison, selon votre niveau, vous êtes orientés vers un groupe. En guise de fil directeur, votre moniteur a pour objectifs d'entretenir et consolider vos acquis et vous apprendre de nouveaux gestes techniques			
<b>Petit Bain</b> : Savoir nager moins de 50m dans un petit bassin permettant d'avoir pied				
Groupe/ Niveau	Jours	Horaires	Piscines	Bassins
<b>PB 1</b>	Lundi	20h00 à 21h00	Ag'l'eau	Apprentissage
<b>Technique</b> : Capable de faire 150m avec 2 styles de nage différents				
Groupe/ Niveau	Jours	Horaires	Piscines	Bassins
<b>Technique 1</b>	Lundi	20h00 à 21h00	Tournesol	Sportif
<b>Technique 2</b>	Lundi	21h00 à 22h00	Tournesol	Sportif
<b>Technique 3</b>	Jeudi	20h00 à 21h00	Tournesol	Sportif
<b>Technique 4</b>	Samedi	9H00 à 10H00	Ag'l'eau	Sportif
<b>Technique 5</b>	Samedi	10h00 à 11h00	Ag'l'eau	Sportif
<b>4 nages</b> : Capable de faire 300m avec 3 styles de nage différents				
<b>Description</b>	Les nageurs de ce groupe pratiquent la natation à leur rythme.			
Groupe/ Niveau	Jours	Horaires	Piscines	Bassins
<b>4 nages 1</b>	Mardi	20h00 à 21h00	Tournesol	Sportif
<b>4 nages 2</b>	Mercredi	18h30 à 19h30	Ag'l'eau	Sportif
<b>4 nages 3</b>	Samedi	09h00 à 10h00	Ag'l'eau	Sportif

## Perfectionnement

### MULTI-ACTIVITES

Les personnes inscrites en Perfectionnement ont la possibilité de pratiquer plusieurs activités parmi lesquelles : perfectionnement Ados/adultes, Gymnastique aquatique (page suivante).

Ainsi chacun peut créer la formule d'activité qui lui convient dans la limite de 2 séances maximum pour une même activité.

Le tarif est fixé en fonction du nombre de séances hebdomadaires souhaitées (toutes activités confondues)

ENTRAINEMENT ADULTE				
<b>Description</b>	Avoir la maîtrise d'au moins 3 nages. Les objectifs seront d'améliorer votre condition physique et votre état de santé. En se basant sur votre maîtrise technique de la natation, des programmes vous seront proposés afin d'atteindre vos objectifs.			
<i>Groupe/ Niveau</i>	<i>Jours</i>	<i>Horaires</i>	<i>Piscines</i>	<i>Bassins</i>
<b>Entraînement 1</b>	Lundi	20h00 à 21h00	Tournesol	Sportif
<b>Entraînement 2</b>	Lundi	21h00 à 22h00	Tournesol	Sportif
<b>Entraînement 3</b>	Mardi	20h00 à 21h00	Tournesol	Sportif
<b>Entraînement 4</b>	Mercredi	06h30 à 08h00	Tournesol	Sportif
<b>Entraînement 5</b>	Jeudi	20h00 à 21h00	Tournesol	Sportif
<b>Entraînement 6</b>	Vendredi	06h30 à 08h00	Tournesol	Sportif
OPEN				
<b>Description</b>	Les nageurs de ce groupe pratiquent la natation à leur rythme.			
<i>Groupe/ Niveau</i>	<i>Jours</i>	<i>Horaires</i>	<i>Piscines</i>	<i>Bassins</i>
<b>Open 1</b>	Lundi	17h30 à 18h30	Tournesol	Sportif
<b>Open2</b>	Mercredi	06h30 à 08h00	Tournesol	Sportif
<b>Open3</b>	Vendredi	06h30 à 08h00	Tournesol	Sportif

# Compétition

## Natation Course

### **PUBLIC CONCERNE**

Tous les adhérents de 7 à 99 ans souhaitant participer à des compétitions.

### **ACTIVITES**

Ces groupes se perfectionnent et entrent dans une dynamique d'entraînement afin d'améliorer leurs performances individuelles et de trouver leur voie dans le milieu de la compétition.

### **QUEL GROUPE ?**

Les nageurs sont inscrits dans les groupes en fonction de leur niveau, de leur âge et de l'objectif de leur pratique compétitive.

Il est demandé un test d'entrée dans les différents groupes.

### **COMPETITIONS**

En début de saison, le programme des compétitions établi par le club est distribué à chaque nageur.

**Ces derniers s'engagent à y participer tout au long de la saison.**

En compétition, une participation forfaitaire de **15€** par repas et de **30,00€** par nuitée sera demandée aux nageurs.

# Compétition

## Natation Course

### GROUPES AVENIRS

**Age** 6-11 ans

**Engagements**

- Présence à 2 entraînements hebdomadaires
- Participation au programme Avenirs
- Participation aux Interclubs Toutes Catégories
- Participation aux stages pendant la 2nd semaine des petites vacances (sauf Noël)<sup>(1)</sup>

EN COURS DE REACTUALISATION

Jours	Horaires	Piscines	Bassins
Mercredi	14h00 à 15h00	Agl'eau	Sportif
Vendredi	17h15 à 18h15	Agl'eau	Sportif
Samedi	10h00 à 11h00	Agl'eau	Sportif

### GROUPE BENJAMINS

**Age** De 12 à 13 ans

**Engagements**

- Participation au programme des compétitions de cette catégorie et aux Interclubs Toutes Catégories
- Participation aux stages pendant les petites vacances scolaires<sup>(1)</sup>

Jours	Horaires	Piscines	Bassins
Lundi	18h00 à 19h00	Agl'eau	Sportif
Mardi	18h45 à 20h30	Agl'eau	Nordique
Mercredi	06h30 à 8h00 <sup>(2)</sup> 15h00 à 16h30	Tournesol Agl'eau	Sportif Sportif
Jeudi	18h30 à 20h30	Agl'eau	Sportif
Vendredi	06h30 à 8h00 <sup>(2)</sup>	Tournesol	Sportif
Samedi	12h00 à 13h30	Agl'eau	Sportif

(1) Les dates de stages seront communiquées à l'avance

(2) La participation à ces créneaux n'est pas obligatoire

# Compétition

## Natation Course

GROUPE DEPARTEMENTAL			
<b>Age</b>	<b>De 12 à 18 ans</b>		
<b>Engagements</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 2 séances hebdomadaires minimum sont exigées</li> <li>- Participation au programme des compétitions départementales et aux Interclubs Toutes Catégories</li> <li>- Participation aux stages pendant la 1<sup>ère</sup> semaine des petites vacances (sauf Noël)<sup>(1)</sup></li> </ul>		
<i>Jours</i>	<i>Horaires</i>	<i>Piscines</i>	<i>Bassins</i>
Lundi	18h30 à 20h00	Tournesol	Sportif
Mercredi	18h30 à 20h00	Tournesol	Sportif
Vendredi	18h00 à 19h30	Tournesol	Sportif
samedi	12h15 à 13h45	Tournesol	Sportif
GROUPE COMPETITION CONFIRMES			
<b>Age</b>	<b>De 12 à 22 ans</b>		
<b>Engagements</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Participation aux Interclubs Toutes Catégories et au programme des compétitions individuelles établi en début de saison par l'entraîneur.</li> <li>- 4 séances hebdomadaires minimum sont exigées.</li> <li>- Participation aux stages pendant les petites vacances scolaires<sup>(1)</sup></li> </ul>		
<i>Jours</i>	<i>Horaires</i>	<i>Piscines</i>	<i>Bassins</i>
Lundi	19h00 à 20h15	Agl'eau	Sportif
Mardi	18h45 à 20h30	Agl'eau	Nordique
Mercredi	06h30 à 8h00	Tournesol	Sportif
Mercredi	18h00 à 20h00	Agl'eau	Nordique
Jeudi	18h00 à 20h30	Agl'eau	Sportif
Vendredi	06h30 à 8h00	Tournesol	Sportif
Vendredi	18h15 à 20h00	Agl'eau	Sportif
Samedi	12h00 à 13h30	Agl'eau	Sportif

(1) Les dates de stages seront communiquées à l'avance

# Compétition

## Natation Course

### MAITRES COMPETITIONS

#### Engagements

- Participation aux Interclubs Toutes Catégories, aux interclubs Maîtres et circuit des compétitions prévues pour cette catégorie
- 2 séances hebdomadaires **minimum sont souhaitées**

Jours	Horaires	Piscines	Bassins
Lundi	20h15 à 21h15	Agl'eau	Sportif
Mardi	<u>INSA</u> * 12h00 à 13h00 20h30 à 21h30	Agl'eau	Nordique Sportif
Mercredi	<u>INSA</u> * 06h30 à 8h00	Tournesol	Sportif
Jeudi	12h00 à 13h00	Agl'eau	Nordique
vendredi	<u>INSA</u> * 06h30 à 8h00	Tournesol	Sportif
vendredi	<u>INSA</u> * 12h00 à 13h00	Agl'eau	Nordique
vendredi	20h00 à 21h00	Agl'eau	Sportif
Samedi	<u>INSA</u> * 12h00 à 13h30	Agl'eau	Sportif

\* INSA : créneau Maîtres ouvert aux adhérents INSA

### BNSSA

#### Age

**A partir de 16 ans**

#### Description

Préparation et passage de l'épreuve du PSE1  
Préparation à l'examen de l'épreuve du BNSSA

#### Conditions

Être âgés minimum de 17 ans ou émancipé le jour de l'examen du BNSSA et majeur le jour de votre premier travail et avoir un minimum de condition physique.

Jours	Horaires	Piscines	Bassins
Vendredi	18h00 à 19h30	Tournesol	Sportif
Samedi	13h35 à 14h30	Tournesol	Sportif

# Gymnastique Aquatique

## PUBLIC CONCERNE

Les adhérents majeurs souhaitant pratiquer de la gymnastique aquatique.

Cette activité réunit les personnes qui désirent améliorer leur condition physique par les bienfaits de l'eau. Il n'est pas indispensable de savoir nager.

Gymnastique Aquatique				
Age	A partir de 18ans			
Groupe/ Niveau	Jours	Horaires	Piscines	Bassins
<b>Gym 1</b>	Lundi	19h00 à 19h45	Tournesol	Apprentissage
<b>Gym 2</b>	Lundi	19h45 à 20h30	Tournesol	Apprentissage
<b>Gym 3</b>	Mardi	20h00 à 20h45	Tournesol	Apprentissage
<b>Gym 4</b>	Mercredi	18h30 à 19h15	Tournesol	Apprentissage
<b>Gym 5</b>	Mercredi	19h15 à 20h00	Tournesol	Apprentissage
<b>Gym 6</b>	Samedi	13h30 à 14h15	Tournesol	Apprentissage

## PUBLIC CONCERNE

Les adhérents majeurs souhaitant pratiquer de l'Aquabike.

## ACTIVITES

Développe les capacités cardio-vasculaires, l'endurance et permet de muscler les jambes. Le travail dans l'eau tempérée permet de travailler en douceur pour soulager les articulations.

AQUABIKE				
<b>Age</b>	<b>A partir de 18ans</b>			
Période 1	Du 18/09/2025 au 06/12/2025			
Période 2	Du 11/12/2025 au 12/03/2026			
Période 3	Du 19/03/2026 au 11/06/2026			
<i>Groupe/ Niveau</i>	<i>Jours</i>	<i>Horaires</i>	<i>Piscines</i>	<i>Bassins</i>
<b>AquaBIKE 1</b>	Jedi	20h00 à 20h45	Tournesol	Apprentissage

## PUBLIC CONCERNE

La section water-polo accueille des joueurs masculins et féminins à partir de 8 ans.

## ACTIVITES

Les 8-14 ans apprennent la discipline au sein de l'école de polo en parallèle de leur apprentissage de la "natation" et du perfectionnement des nages. Ils participent aux rassemblements du comité régional de leur catégorie d'âge.

Ces jeunes doivent obligatoirement être inscrits à l'école de natation; l'école de polo est une activité complémentaire.

Dès 15 ans, ces jeunes peuvent rejoindre les rangs de notre équipe disputant le championnat régional. Les meilleurs sont sélectionnés pour représenter la zone Ouest lors d'un tournoi opposant toutes les équipes inter-régions de France.

L'objectif prioritaire de cette équipe est de continuer la formation de nos jeunes joueurs avant qu'ils ne trouvent leur place dans l'équipe.

## MATCHS

Les joueurs faisant partie d'une équipe, s'engagent à participer aux matchs du calendrier établi au début de chaque saison et transmis à tous les joueurs.

WATER POLO			
<b>Ages</b>	<b>A partir de 15 ans</b>		
<b>Description</b>	Les joueurs évoluant dans ce groupe peuvent faire partie d'une équipe et s'entraînent en vue de participer au championnat régional.		
<b>Conditions d'accès</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Être capable de réaliser un 100 mètres 4N.</li> <li>- Connaître les règles de base de la discipline.</li> </ul>		
<i>Jours</i>	<i>Horaires</i>	<i>Piscines</i>	<i>Bassins</i>
Lundi	21h15 à 22h30	Ag'eau	Sportif
Mercredi	19h30 à 21h00	Ag'eau	Sportif
Vendredi	21h00 à 22h30	Ag'eau	Sportif
ECOLE DE POLO			
<b>Ages indicatifs</b>	<b>8-14 ans</b>		
<b>Description</b>	Apprentissage des fondamentaux de la discipline « water-polo » : déplacements spéciaux, maniement du ballon, règles du jeu, esprit d'équipe...		
<b>Conditions d'accès</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Avoir 8 ans.</li> <li>- Être inscrit en école de natation.</li> </ul>		
<i>Jours</i>	<i>Horaires</i>	<i>Piscines</i>	<i>Bassins</i>
Mercredi	13h45 à 15h00	Ag'eau	Sportif
Samedi	13h30 à 15h00	Ag'eau	Sportif

## PUBLIC CONCERNE

Tous les adhérents à partir de 8 ans

## ACTIVITES

Initiation aux figures de bases de la natation synchronisée, travail de déplacement et d'apnée.

Réalisation d'un ballet à l'entracte des matchs de water-polo ayant lieu à Blois, spectacle de fin d'année.

**Ces jeunes doivent obligatoirement être inscrits à l'école de natation; la natation artistique est une activité complémentaire.**

Natation Artistique			
Age	A partir de 8ans		
<i>Jours</i>	<i>Horaires</i>	<i>Piscines</i>	<i>Bassins</i>
Samedi	13h30 à 15h00	Agl'eau	Sportif



Retrouvez toutes les actualités du club

 [www.aajblois.com](http://www.aajblois.com)



 <https://www.facebook.com/AAJBNatation/>

