

Dès 6 ans

2020-2021




# PARIS UNIVERSITÉ CLUB

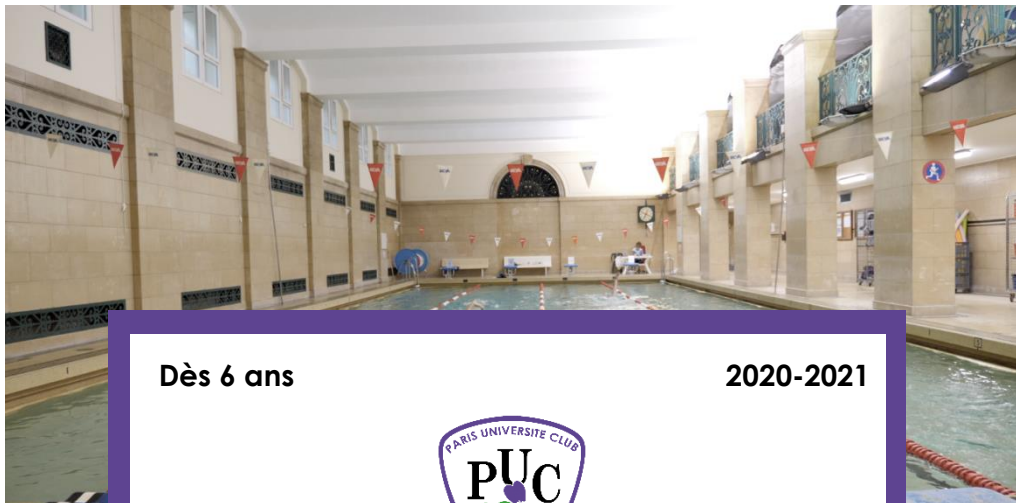
# AQUATIQUE



[www.puc.paris/aquatique](http://www.puc.paris/aquatique)

 PUC – Paris Université Club

 [puc.paris](https://www.instagram.com/puc.paris)





# INFORMATIONS GÉNÉRALES

---

## ECOLE DE NATATION

Destinée à l'apprentissage et le perfectionnement du savoir nager pour les enfants de 6 à 17 ans.

Les cours dispensés sur les sites de la Cité Universitaire et du Stade Elisabeth permettent d'apprivoiser ce milieu différent afin de progresser régulièrement tout au long de l'année.

L'Ecole de Natation dépend de l'Ecole Multisports, pour s'inscrire rendez-vous sur le site internet.



## NATATION ADULTES

Les adhérents qui choisissent la **natation** ont accès à **tous** les créneaux horaires proposés en **natation libre**. Des réservations seront potentiellement nécessaires selon les règles sanitaires en vigueur à la rentrée. Pour les cours de natation adultes, il faut s'inscrire sur un créneau à l'année.

## AQUAGYM

La gymnastique aquatique fait travailler les muscles contre la résistance naturelle de l'eau, sans essoufflement, ni pression au niveau des articulation.

Ambiance musicale. Niveau : tout niveau



# PLANNING ET LIEUX DES ENTRAÎNEMENTS

## ECOLE DE NATATION (reprise le jeudi 1<sup>er</sup> octobre)

### 6-10 ans (2014-2010)

Mercredi	13h15-14h	Piscine Cité Internationale Universitaire de Paris
Mercredi	14h15-15	Piscine Cité Internationale Universitaire de Paris
Mercredi	15h15-16h	Piscine Cité Internationale Universitaire de Paris
Mercredi	16h10-16h55	Piscine Cité Internationale Universitaire de Paris
Samedi	10h-10h45	Piscine Cité Internationale Universitaire de Paris
Samedi	11h-11h45	Piscine Cité Internationale Universitaire de Paris

### 11-14 ans (2009-2006)

Mercredi	17h-18h	Piscine Cité Internationale Universitaire de Paris
Mercredi	17h30-18h30	Piscine Elisabeth

### 15-17 ans (2005-2003)

Mercredi	18h30-19h30	Piscine Elisabeth
Jedi	19h-19h45	Piscine Elisabeth
Jedi	19h45-20h30	Piscine Elisabeth

### ENTRAINEMENTS ADULTES

Mercredi (Intermédiaire)	19h30-20h30	Piscine Elisabeth
Jedi (intermédiaire)	12h45-13h45	Piscine Cité Internationale Universitaire de Paris
Jedi (Intermédiaire)	21h30-22h30	Piscine Elisabeth

### AQUAGYM

<b>Lundi (à confirmer)</b>	<b>13h-13h45</b>	<b>Piscine Cité Internationale Universitaire de Paris</b>
Jedi	12h-12h45	Piscine Cité Internationale Universitaire de Paris

### PRATIQUE LIBRE

Mardi	12h-13h45	Piscine Cité Internationale Universitaire de Paris
Mardi	19h-20h	Piscine Cité Internationale Universitaire de Paris
Vendredi	11h30-13h30	Piscine Cité Internationale Universitaire de Paris
Dimanche	9h-13h	Piscine Cité Internationale Universitaire de Paris



# INSCRIPTIONS ET COTISATIONS

## CATÉGORIES

Cours enfants et adolescent(e)s

**Ecole de Natation**

Cours adultes

**Aquagym + natation Libre**

## TARIFS

370 €

1 cours

250 €

## CATÉGORIES

**1 cours + natation libre**

Universitaire

Actif

**Natation libre**

Universitaire

Actif

## TARIFS

200 €

250 €

100 €

150 €

L'inscription se fait **en ligne avec un paiement sécurisé** sur le site Joinly en 1, 2 ou 3 fois.

Pièces à fournir

· 2 photos d'identité

· 1 certificat médical d'aptitude qui stipule que vous êtes apte à la **pratique de le natation** datant de moins de 3 mois

· Le règlement intégral de votre cotisation (payable en 3 fois)

· Photocopie de la pièce d'identité et de la carte étudiant (si besoin)

Le PUC accepte les **Tickets Loisirs (CAF)**, les **Coupons Sports (ANCV)** et les **Réduc'Sports** pour les Parisiens.

## CONTACT

### PARIS UNIVERSITÉ CLUB

17, avenue Pierre de Coubertin

75 013 Paris

01 44 16 62 62

accueil@puc.paris

www.puc.paris

### SECTION AQUATIQUE

Sébastien LE TIEC

01 44 16 62 82 | 06 58 05 31 09

aquatique@puc.paris

www.puc.paris/aquatique

## ACCÈS

### PISCINE CITÉ UNIVERSITAIRE

17 boulevard Jourdan

75014 Paris

RER B : Cité Universitaire

Tram 3 : Cité Universitaire

### PISCINE ELISABETH

11 avenue Paul Appell

75014 Paris

Tram 3 : Porte d'Orléans

Metro 4 : Porte d'Orléans



Essentiel pour moi

