



Club de natation Anjou



Club de compétition - Saison 2018-2019

Horaire et politique d'inscription

Groupe	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	
Espoir -CAFA		19h00-20h00		18h00-19h00		
Prérequis : juniore 3 ou 4 du programme de la Croix-Rouge						
Groupe	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	
École de natation		18h00-19h00		18h00-19h00		
Prérequis : Savoir-nager seul sur 25 mètres le dos et le crawl ou junior 6 du programme de la Croix-Rouge.						
Groupe	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	
Pré-Club 2		17h00-18h00	19h00-20h00		19h00-20h00	
Prérequis : Savoir nager seul sur 50 mètres ou Junior 8 du programme de la Croix-Rouge.						
Groupe	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	
Pré-Club 1	18h00-19h30		18h00-19h00		18h00-19h00	
Prérequis : Savoir nager seul sur 100 mètres et avoir une connaissance générale 4 principaux styles de nage						
Groupe	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	
Régional	16h15-18h00		16h15-18h00	16h15-18h00	16h15-18h00	
Prérequis : Savoir nager seul sur 200 mètres en 4 principaux styles de nage						
Groupe	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	
Développement 10-	16h15-18h00		16h15 -18h00	16h15-18h00	16h15-18h00	
Prérequis :Avoir atteint 3 standards développement de la FNQ dans son groupe d'âge respectif						
Groupe	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Développement 11+	16h00-19h00		16h00-18h00	16h00-18h00	16h00-19h00	8h00-9h30
Prérequis : Avoir atteint 3 standards développement de la FNO dans son groupe d'âge respectif. Travaille à sec les lundi et vendredi de 18h00-19h00						
Groupe	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Provincial	16h00 -19h00	18h00 -20h00	16h00 à 18h00	16h00-18h00	16h00-19h00	8h00-9h30
Prérequis : Avoir atteint 3 standards provincial de la FNQ dans son groupe d'âge respectif. Travaille à sec les lundi et vendredi de 18h00-19h00						
Inscription en ligne sur Amilia.com. Paiement par carte de crédit seulement. Possibilité de paiement en versements (tarif annuel seulement).						
Votre entraîneur-chef : Oksana Bogush / Téléphone : (438) 874-1971 / courriel : competition.cafa@gmail.com						
Lieu des activités : piscine du Complexe sportif de l'école secondaire Anjou (8205 rue Fonteneau, arrondissement Anjou, Montréal)						

Entraîneur - Oksana
Entraîneur - Jessie