

Les programmes pour 2020-2021

Cotisations annuelles

AQUAGYM	Séance de 45 minutes • samedi 12h00 - 12h45	75 €
NATATION	Séances de 1h30 - perfectionnement adulte (tous niveaux) • Lundi 12h00 - 13h30 19h00 - 20h30 • Mercredi 12h00 - 13h30 20h45 - 22h15 • Samedi 12h15 - 13h45	Monsois 115 € Extérieurs 125 €
AQUAGYM et NATATION	Une séance aquagym de 45 mn le samedi + une séance de natation de 1h30 perfectionnement à choisir dans la semaine (voir horaires natation ci-dessus)	120 €
	OU Une séance le samedi de 45 mn d' aquagym et 30 mn de natation	85 €
COURSE à PIED	Une séance par semaine pour tous niveaux (initiation débutants ou confirmés) • samedi 10h30 - 12h00	Monsois 45 € Extérieurs 55 €
	En activité complémentaire	25 €
AQUAPHOBIE	Douze séances de 45 mn • samedi 13h00 - 13h45	73 €
FORFAIT toutes ACTIVITÉS	Hors aquaphobie, toutes les activités du club vous sont accessibles.	155 €
ACTIVITÉS non ENCADRÉES	Coureur individuel, droit d'adhésion Acquisition du badge	20 € 10 €

TARIF PRÉFÉRENTIEL Remise de 20 % aux demandeurs d'emploi, étudiants (sur justificatif), familles à partir de 3 inscrits, bénéficiaires du R.S.A.



ASSOCIATION MONS TRIATHLON

Des activités sportives différenciées pour tous



Association Mons Triathlon

Piscine - 20 rue Lacordaire
59370 MONS EN BAROEUL

www.mons-triathlon.fr



Association Mons Triathlon

www.mons-triathlon.fr

Piscine - 20 rue Lacordaire - 59370 MONS-EN-BAROEUL

Les contacts

Corinne 03 20 47 54 23 (le soir)
Salvatore 03 20 04 91 17 (le soir)
Sandrine 03 20 51 94 14 (le soir)
Jean-Marcel 06 21 58 20 20 (le soir)



ASSOCIATION **MONS TRIATHLON**

MONS TRIATHLON vous permet de pratiquer des activités sportives accessibles à tous et à toutes.

- La **natation**
- L'**aquagym**,
- La **course à pied**.
- Des activités de l'association permettent aussi d'appivoiser et de dominer l'**aquaphobie**.

Les activités sont pratiquées selon votre choix et selon votre rythme, en **sport détente** ou en **sport de perfectionnement**.

Des équipements sportifs sont à la disposition du club, sous forme de créneaux réservés :

- Piscine Municipale, rue Lacordaire
- Piste du stade Peltier, rue Bossuet
- Salle de sport Renaissance, rue Bossuet.

Toutes les séances sont encadrées par des professionnels à la qualité reconnue.



Vous savez nager ? alors, vous êtes prête ou vous êtes prêt à écouter les conseils du coach. Bien entendu, vous pourrez pratiquer la natation selon votre choix et selon votre rythme.

Horaires de l'Association à la Piscine Municipale

- **Lundi** 12h00-13h30 19h00-20h30
- **Mercredi** 12h00-13h30 20h45-22h15
- **Samedi** 12h15-13h45

Débutant ou pratiquant confirmé, vous améliorerez votre condition physique en suivant les conseils d'un coach à la pratique reconnue.

Horaire de l'Association au Stade PELTIER et salle RENAISSANCE :

- **Samedi 10h30-12h00**



Découvrez une activité toute en douceur, mais dynamique qui vous apportera un véritable bien-être physique. Chaque séance se déroule avec les conseils d'un véritable spécialiste.

Horaire de l'Association à la Piscine Municipale

- **Samedi 12h15-13h00**



Ne vous privez plus des bonheurs de l'eau. En apprenant à dominer ce trait de caractère, vous découvrirez, en toute sécurité, les sensations et les bien-être infinis que procure l'élément liquide.

Horaires de l'Association à la Piscine Municipale :

- **Samedi 13h00-13h45**

