



SAISON 2025-2026

10 Boulevard Albert 1er
35200 RENNES

> Téléphone : 02 99 31 75 02
> Fax : 02 99 30 35 85
> brequigny@cerclepaulbert.asso.fr
> www.cerclepaulbert.asso.fr

Nage avec Palmes

Jeunes, Juniors et Elites

Groupes 1, 2, 3, 4 et 5

CONDITIONS D'INSCRIPTION



Groupe Nage avec palmes

Amicale laïque de Rennes affiliée à la ligue Française de l'Enseignement et de l'Education Permanente

N° SIRET : 777 746 702 000 11 – APE : 9312Z

Groupe 1 Benjamins (2015 et +) :

Il s'agit d'un groupe pour l'apprentissage et le perfectionnement de la nage avec palmes (Monopalme et Bi-Palmes), en loisir et/ou en compétition.

Lieu d'inscription : CPB Bréquigny
Lieux de pratique : Piscine de Bréquigny

Conditions d'admission :

- Être en possession du Sauv'nage (Test ENF).
- Et/Ou participation aux tests lors de l'inscription ou à un entraînement en cours de saison

HORAIRES :

Jour(s)	Horaires	Piscine	Créneaux
Mercredi	16h45 – 17h45	Bréquigny	2 lignes (25m Int)
Samedi	13h30 – 14h30	Bréquigny	2 lignes (25m Int)

Nbr d'entraînements par semaine compris dans l'adhésion : **2**

Début des entraînements : Lundi 8 septembre 2025.

Tarif : 259€

Ce tarif comprend : Licence FFESSM + Assurance Piscine + le bonnet du club.

Les monopalmes seront de nouveau prêtées par le club cette année, et non louées. Cependant, nous rappelons qu'elles ne doivent pas quitter la piscine et seront stockées au local palmes. En cas de compétition et avec accord de l'entraîneur, les palmes pourront être empruntées uniquement sur la durée du week-end. En cas de manquement à cette règle, nous serions obligés de revenir à un système de location à l'année.

Groupe 2 Minimes (2013-2014) :

Il s'agit d'un groupe Compétition s'intégrant totalement dans le circuit départemental, régional et critères de nage avec palmes en Monopalme et/ou en Bi-Palmes.

Lieu d'inscription : CPB Bréquigny
Lieux de pratique : Piscine de Bréquigny

Conditions d'admission :

- Être en possession du pass'sport de l'eau spécifique Nage avec Palmes (test ENF).
- Et/Ou participer régulièrement aux compétitions de nage avec palmes.

HORAIRES :

Jour(s)	Horaires	Piscine	Créneaux
Lundi	18h45 – 19h00 PPG	Bréquigny	
Lundi	19h00 – 20h00	Bréquigny	2 lignes (25m Int)
Mercredi	17h45 – 18h00 PPG	Bréquigny	
Mercredi	18h00 – 19h00	Bréquigny	2 lignes (25m Int)
Vendredi	18h30 – 20h00	Bréquigny	2 lignes (25m Int)
Samedi	11h00-12h30	Bréquigny	1 ligne (50m Ext)

Nbr d'entraînements maximums par semaine compris dans l'adhésion : **3**



Début des entraînements : Lundi 8 septembre 2025.

Tarif : 291€

Ce tarif comprend :

Licence FFESSM + Assurance Piscine + le bonnet du club.

Les monopalmes seront de nouveau prêtées par le club cette année, et non louées. Cependant, nous rappelons qu'elles ne doivent pas quitter la piscine et seront stockées au local palmes. En cas de compétition et avec accord de l'entraîneur, les palmes pourront être empruntées uniquement sur la durée du week-end. En cas de manquement à cette règle, nous serions obligés de revenir à un système de location à l'année.

Groupe 3 Cadets (2011-2012)

Groupe rassemblant les nageurs participants aux compétitions Régionales à Nationales.

Lieux d'inscription : CPB Bréquigny.

Lieux de pratique : Piscine de Bréquigny

Conditions d'admission :

- Participation à un minimum de 3 entraînements par semaine.
- Participer aux compétitions de nage avec palmes Régionales et Nationales.
- Nageur(euse) sélectionné(e) par l'entraîneur « Référent ».

HORAIRES :

Jour(s)	Horaires	Piscine	Créneaux
Mardi	17h30 – 17h45 PPG	Bréquigny	
Mardi	17h45 – 19h00	Bréquigny	2 lignes (25m Int)
Mercredi	16h30 – 16h45 PPG	Bréquigny	
Mercredi	16h45 – 18h00	Bréquigny	2 lignes (25m Int)
Jeudi	18h30 – 20h00	Bréquigny	1 ligne (50m Ext)
Vendredi	18h30 – 18h45 PPG	Bréquigny	
Vendredi	18h45 – 20h00	Bréquigny	2 lignes (25m Int)
Samedi	11h00 – 12h30	Bréquigny	2 lignes (50m Ext)

Nbr d'entraînements minimums par semaine : 3 pour les compétiteurs.

Début des entraînements : Lundi 8 septembre 2025.

Tarif : 308€

Ce tarif comprend :

Licence FFESSM + Assurance Piscine + le bonnet du club.

Les monopalmes seront de nouveau prêtées par le club cette année, et non louées. Cependant, nous rappelons qu'elles ne doivent pas quitter la piscine et seront stockées au local palmes. En cas de compétition et avec accord de l'entraîneur, les palmes pourront être empruntées uniquement sur la durée du week-end. En cas de manquement à cette règle, nous serions obligés de revenir à un système de location à l'année.

Groupe 4 Juniors (2008-2009-2010) et section sportive :

Groupe rassemblant les nageurs participants aux compétitions Nationales et internationales.

Lieux d'inscription : CPB Bréquigny.
Lieux de pratique : Piscine de Bréquigny

Conditions d'admission :

- Participation à un minimum de 6 entraînements par semaine.
- Participer aux compétitions de nage avec palmes Régionales et Nationales.
- Nageur(euse) sélectionné(e) par l'entraîneur « Référent ».

HORAIRES :

Jour(s)	Horaires	Piscine	Créneaux
Lundi	16h10-17h30 Section sportive 18h30-18h45 PPG 18h45-20h00	Bréquigny	1 ligne (50m Int/Ext) 2 lignes (50m Int/Ext)
Mardi	8h15-9h45 Muscu Section sportive 16h10-17h30 Section sportive 18h45-19h00 PPG 19h00-20h00	Bréquigny	1 ligne (50m Int/Ext) 2 lignes (25m Int/Ext)
Mercredi	6h15-8h00 16h30-17h45 Muscu 18h00-20h00	Bréquigny	4 lignes (25m Int/Ext) 2 lignes (50m Int/Ext)
Jeudi	16h10-17h30 Section sportive 18h30-20h00	Bréquigny	1 ligne (50m Int/Ext) 2 lignes (50m Int/Ext)
Vendredi	16h10-17h30 Section sportive 18h30-18h45 PPG 18h45-20h00	Bréquigny	1 ligne (50m Int/Ext) 2 lignes (50m Int/Ext)
Samedi	12h30-14h00	Bréquigny	2 lignes (25m Int/Ext)

Nbr d'entraînements minimums par semaine : **6**

Début des entraînements : Lundi 8 septembre 2025.

Tarif : 308€

Ce tarif comprend :

Licence FFESSM + Assurance Piscine + le bonnet du club.

Groupe 5 Elite (2007 & moins) :

Groupe rassemblant les nageurs participants aux compétitions Nationales et internationales.

Lieux d'inscription : CPB Bréquigny.
Lieux de pratique : Piscine de Bréquigny

Conditions d'admission :

- Participation à un minimum de 6 entraînements par semaine.
- Participer aux compétitions de nage avec palmes Régionales et Nationales.
- Nageur(euse) sélectionné(e) par l'entraîneur « Référent ».

HORAIRES :



Jour(s)	Horaires	Piscine	Créneaux
Lundi	6h00-6h15 PPG 6h15-8h30 15h45-16h00 PPG 16h00-17h30 18h30-20h00	Bréquigny	3 lignes (50m Int/Ext) 3 lignes (50m Int/Ext) 2 lignes (50m Int/Ext)
Mardi	6h00-6h15 PPG 6h15-8h30 15h45-16h00 PPG 16h00-17h30 17h00-18h30 Muscu 18h45-19h00 PPG 19h00-20h00	Bréquigny	3 lignes (50m Int/Ext) 3 lignes (50m Int/Ext) 2 lignes (25m Int/Ext)
Mercredi	6h15-8h00 16h30-17h50 Muscu 18h00-20h00	Bréquigny	2 lignes (50m Int/Ext)
Jeudi	6h00-6h15 PPG 6h15-8h30 18h30-20h00	Bréquigny	2 lignes (50m Int/Ext)
Vendredi	6h00-6h15 PPG 6h15-8h30 14h00-15h45 Muscu 18h30-19h45 PPG 18h45-20h00	Bréquigny	2 lignes (50m Int/Ext) 2 lignes (25m Int)
Samedi	11h00-12h15 Muscu 12h30-14h00	Bréquigny	1 ligne (50m Ext)

Nbr d'entraînements minimums par semaine : **6**

Début des entraînements : La date sera communiquée ultérieurement.

Tarif : 600€

Ce tarif comprend :

Licence FFESSM + Assurance Piscine + le bonnet du club + Avance sur participation aux compétitions.

Conditions de participation aux compétitions (Groupes 1,2,3 et 4)

Bien que le club finance en grande partie les déplacements des nageurs en compétition, une petite participation est demandée aux nageurs. Pendant la saison 2024-25, les modalités étaient les suivantes :

8€ par jour de compétition (déplacement collectif/ covoiturage/inscription)

12€ par nuitée dans le cas d'un hébergement extérieur

Les repas lors des compétitions sont à la charge du nageur

Ces modalités pourront être amenées à évoluer pour simplifier le processus. Le club vous en tiendra informé.

Ces frais sont à régler avant chaque compétition.

La tenue club (Short / T-Shirt) est obligatoire pour pouvoir participer aux compétitions. Pour la commande des tenues, les informations seront données à la rentrée.

Première adhésion ou renouvellement au CPB Nage avec Palmes

Pour les nouveaux adhérents, vous devrez d'abord créer un compte à l'adresse suivante : <https://cpb-nageavecplmes.kalisport.com/pré-inscriptions> pour commencer le processus de pré-inscription, puis suivre les différents points.

Pour un renouvellement de licence, vous devez vous inscrire sur KALISPORT en utilisant votre compte de connexion pour commencer le processus d'inscription.



1/ Compléter les informations demandées ou vérifier les informations pour un renouvellement sur le document de préinscription KALISPORT **2/ Communication des documents** suivants :

Pour les adultes de 18 ans et plus : Certificat médical d'Absence de Contre-Indication (CACI) délivré par votre médecin généraliste : le certificat médical devra mentionner « pas de contre-indication à la pratique de la **nage avec palmes** en Loisir et/ou compétition » de moins d'un an.

Pour les jeunes de moins de 18 ans : Le jeune et son responsable légal doivent renseigner **un questionnaire de santé** et remettre à la structure une attestation de réponses négatives à ce questionnaire de santé ; à défaut il produit un **Certificat médical d'Absence** de Contre-Indication (CACI) délivré par votre médecin généraliste : le certificat médical devra mentionner « pas de contre-indication à la pratique de **la nage avec palmes** en Loisir et/ou compétition »

Pour définir le document nécessaire à votre inscription, veuillez consulter le PDF intitulé « Fiches Médicales Majeurs » ou « Fiches Médicales Mineurs »

3/ Une fois la pré-inscription validée par vos soins, indiquez en commentaire le groupe désiré.

La préinscription sera acceptée à condition qu'il reste de la place dans le groupe demandé et que tous les documents obligatoires soient reçus (Uploadé dans votre espace personnel OU reçu au format papier au secrétariat de Bréquigny).

L'inscription sera définitive uniquement après avoir reçu le règlement (cf. § « Règlement cotisation » ci- après).

4/ Règlement de la cotisation :

Paiement par chèque(s) à l'ordre du CPB « Nage avec Palmes ». Paiement possible en 3 fois.

Paiement par virement sur le compte du CPB NAP : FR76 1558 9351 0404 4862 6354 337 / CMBRFR2BARK Merci de privilégier ce mode de règlement et d'indiquer le nom et prénom de l'adhérent dans les informations du virement. Pour un rapprochement plus rapide du virement, merci d'uploader le justificatif de virement dans les fichiers de votre préinscription.

Le CPB accepte aussi les espèces, les chèques vacances, les coupons sport, les coupons CAF, la carte Sortir et le Pass'sport.



La cotisation est annuelle et ne pourra pas être remboursée au « prorata temporis », car elle inclut des charges annuelles (licence, assurance, encadrement, location ligne d'eau, etc.).

Réduction(s) CPB :

- Si vous êtes déjà adhérent à titre personnel au CPB pour la même saison : **-38 €** sur votre adhésion Adulte (17 ans et plus) et **-29 €** sur votre adhésion enfant (16 ans et moins).
- Si votre enfant mineur s'inscrit dans une activité alors qu'un parent ou un autre enfant de la même famille est déjà adhérent au CPB pour la saison en cours : **-10 €** sur son adhésion.
- Si votre enfant mineur s'inscrit dans une activité alors que 2 parents/enfants de la même famille sont déjà adhérents au CPB pour la saison en cours : **-15 €** sur son adhésion.

Le montant définitif de la cotisation (avec options et réductions) est fixé lors de la préinscription selon les informations que vous laissez dans les commentaires à destination du bénévole qui traite les préinscriptions. Sans commentaire, le montant de la cotisation est considéré sans réduction et sans option.



Vous pouvez télécharger, compléter puis scanner les documents avant de les réintégrer dans kalisport (« Mon profil » puis « Mes fichiers », « Parcourir » et « Enregistrer »).

CF Annexe en fin de document



En cas d'impossibilité vous pouvez nous transmettre les documents au format papier sous enveloppe en y indiquant « CPB NAP » ainsi que votre nom et prénom et en la déposant dans la boîte à lettre verte de Bréquigny au 10 bd Albert 1^{er} 35 200 Rennes

L'inscription sera définitive uniquement après avoir reçu le règlement et les documents demandés.

Tests (Nouveaux adhérents)

L'accès aux différents groupes se fait en fonction du niveau de la nageuse ou du nageur. Celui-ci est évalué, soit au cours de la saison précédente par l'entraîneur, soit au cours d'un test dans l'eau organisé début septembre ou encore, sur un entraînement au cours de la saison.

**Les tests se déroulent Mercredi 3 septembre 2025.
Les horaires seront communiqués ultérieurement.**

Pour les mineurs, la présence d'un représentant légal est obligatoire le jour de l'inscription, un test dans l'eau sera effectué. Merci de vous munir de vos affaires de piscine (maillot, serviette, lunettes, petites palmes).

Matériels dont vous devez vous munir pour pratiquer l'activité

Groupes Nage Avec Palmes

Bipalmes :

En début d'année, les entrainements se font en bipalmes pour bien travailler la technique de nage.

https://www.decathlon.fr/p/palmes-natation-longues-trainfins/_/R-p-3621?mc=8394335&c=BLEU

Nous préconisons les bipalmes Nabaiji longues (Décathlon) > Environ 17€.



Monopalme :

Nous effectuons à la mi-saison une commande groupée de monopalmes (Environ 175€) pour les personnes intéressées.



Tuba :

Il est préférable d'éviter les tubas à valve.

Nous préconisons les tubas Ylon que vous trouverez au magasin REN'SPORTS (Cleunay) :

<https://www.rensports.fr/boutique/tuba-frontal-nap-ylon/>

Tuba adulte à 25 €



Lunettes / Masque :

Les masques de plongée sont à proscrire, vous devez vous munir de lunettes de piscine classiques adaptées à votre visage ou d'un « masque russe ».

Pour les créneaux dans le bassin nordique, pensez à vous munir :

- D'un peignoir en hiver (contre le froid)
- De lunettes fumées (contre le soleil)



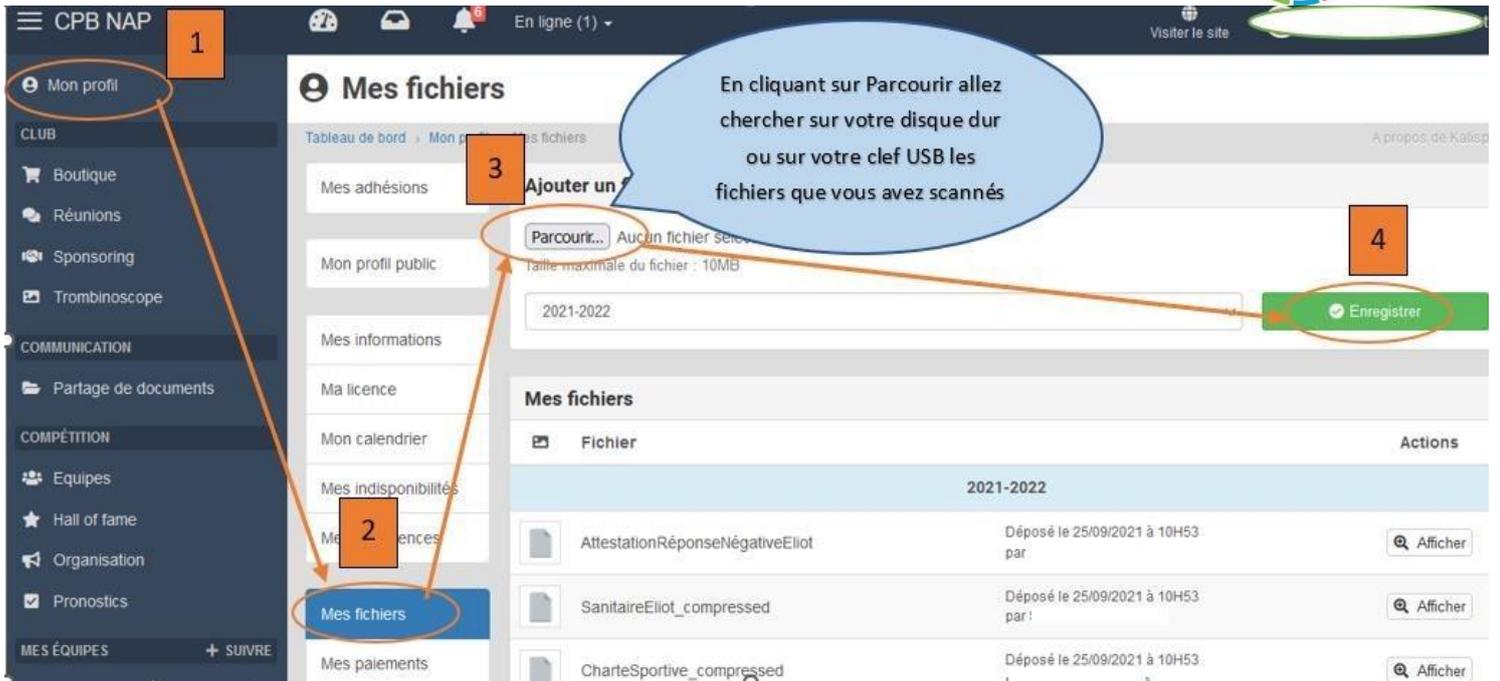
Contacts

Pour tout renseignement merci de privilégier le formulaire de contact de KALISPORT

Secrétariat CPB Bréquigny :
10 Boulevard Albert 1er
35200 RENNES
Téléphone : 02 99 31 75 02
Mail : brequigny@cerclepaulbert.asso.fr

Présidente du Groupe Nage Avec Palmes Virginie
SAULEAU
Téléphone : 06 63 06 78 49
Mail : president.cpbnap@gmail.com

Annexe



1 Mon profil

2 Mes fichiers

3 Ajouter un fichier

4 Enregistrer

En cliquant sur Parcourir allez chercher sur votre disque dur ou sur votre clef USB les fichiers que vous avez scannés

Mes fichiers

Tableau de bord > Mon profil > Mes fichiers

Mes adhésions

Mon profil public

Mes informations

Ma licence

Mon calendrier

Mes indisponibilités

Mes licences

Mes paiements

Aucun fichier sélectionné

Taille maximale du fichier : 10MB

2021-2022

Mes fichiers

Fichier	Actions
2021-2022	
AttestationRéponseNégativeEliot	Déposé le 25/09/2021 à 10H53 par [nom]
SanitaireEliot_compressed	Déposé le 25/09/2021 à 10H53 par [nom]
CharteSportive_compressed	Déposé le 25/09/2021 à 10H53 par [nom]