



**SAISON 2024-2025**

-----  
**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 Adultes et Adultes**

### **Initiation et perfectionnement**

**Groupes Loisir 1 et 2**

#### **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 « Jeunes Adultes et Adultes initiation et perfectionnement » (2006 et Moins) :

Il s'agit de groupes à destination des adultes et des jeunes adultes souhaitant s'initier et se perfectionner à la nage avec palmes (Monopalme et bipalmes).

Lieu d'inscription : CPB Bréquigny

Lieux de pratique : Piscines des Gayeulles et de Bréquigny.

Conditions d'admission : Savoir nager 100m nage libre avec ou sans palme.

### HORAIRES :

Jour(s)	Horaires	Piscine	Créneaux
Mardi	20h00 – 21h00	Bréquigny	1 ligne 25m Int
Mercredi	20h00 – 21h00	Bréquigny	2 lignes 50m Ext
Vendredi	20h00 – 21h30	Les Gayeulles	2 lignes 25m Int
Samedi	10h00 – 11h30	Bréquigny	2 lignes 50m Ext

Nombre d'entraînements par semaine compris dans l'adhésion : 1

Le créneau est à choisir dans le tableau ci-dessus.

Merci de préciser ce créneau dans le commentaire lors de l'inscription.

**Début des entraînements** : A partir du 9 septembre 2024

**Tarif** : 313 €

**Ce tarif comprend :**

Licence UFOLEP + Assurance UFOLEP incluses + le bonnet du club.

**Si en cours d'année vous souhaitez participer à des compétitions il faudra y ajouter :**

- Licence FFESSM (Obligatoire pour faire des compétitions) : environ 61 €
- Assurance LOISIR 1 FFESSM (Obligatoire pour les compétitions ou sorties en Eau Libre) : +10,5 €

## 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-nageavecpalmes.kalisport.com/pré-inscriptions> pour commencer le processus de pré-inscription, puis suivre les différents points.

**Pour un renouvellement de licence**, vous devez vous préinscrire sur KALISPORT **avant le 15/09/2024** en utilisant votre compte de connexion pour commencer le processus de pré-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 »**

### **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 / CMBFRFR2BARK  
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 : **-37 €** sur votre adhésion Adulte (17 ans et plus) et **-28 €** 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 bénévoles 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<sup>er</sup> 35 200 Rennes

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

## 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](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)

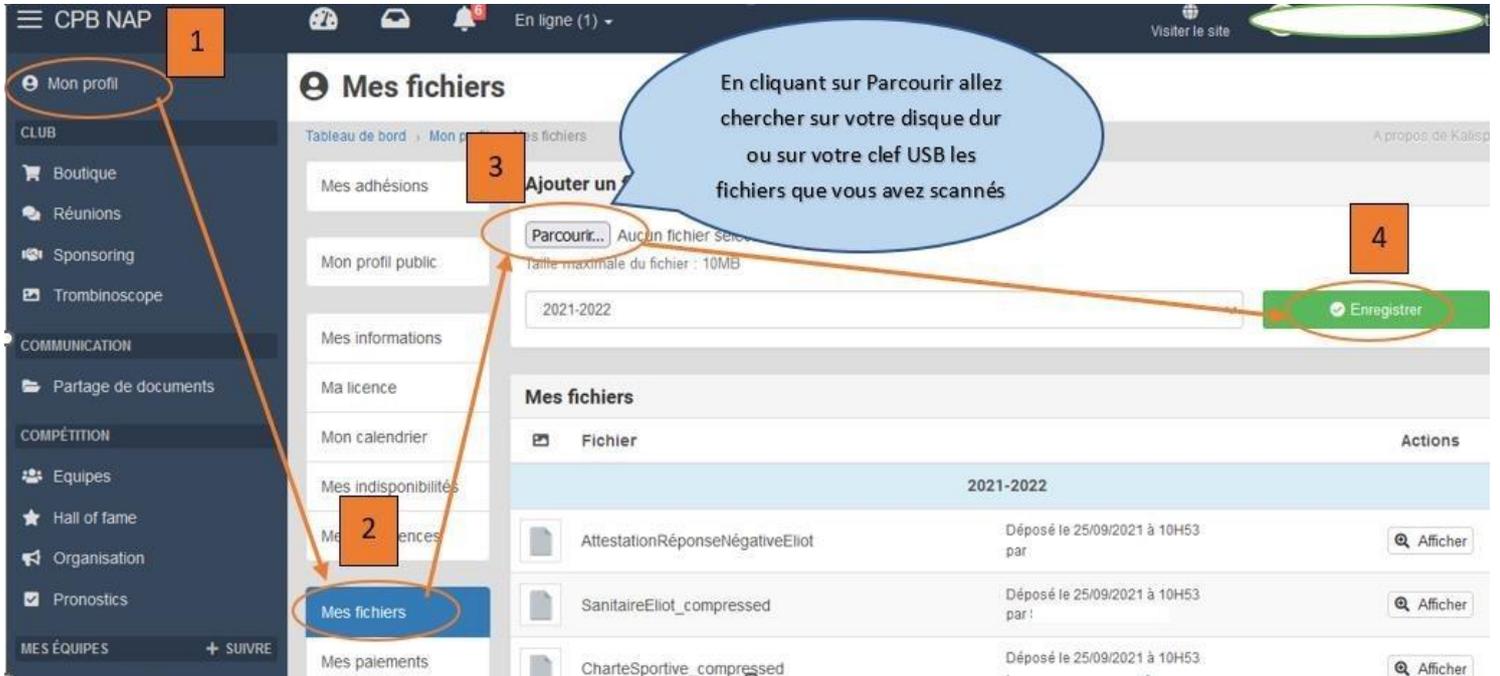
## Contacts

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](mailto:brequigny@cerclepaulbert.asso.fr)

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

# Annexe



1

2

3

4

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

Mes adhésions

Mon profil public

Mes informations

Ma licence

Mon calendrier

Mes indisponibilités

Mes licences

Mes paiements

Ajouter un fichier

Parcourir...

Aucun fichier sélectionné

Taille maximale du fichier : 10MB

2021-2022

Enregistrer

Mes fichiers

Fichier	Actions
2021-2022	
AttestationRéponseNégativeEliot	Déposé le 25/09/2021 à 10H53 par : <a href="#">Afficher</a>
SanitaireEliot_compressed	Déposé le 25/09/2021 à 10H53 par : <a href="#">Afficher</a>
CharteSportive_compressed	Déposé le 25/09/2021 à 10H53 par : <a href="#">Afficher</a>