

Président : Juliette CARON

## CRÉNEAUX HORAIRES

## Planning des entrainements communiqué en septembre

Piscine Fives : Lundi 19h15-20h30  
 Mercredi 20h30-22h  
 Vendredi 19h15-20h30

Piscine Plein Sud : Mardi 19h-21h  
 Vendredi 19h-21h  
 Samedi 12h-13h10

Piscine Marx Dormoy : Mercredi 15h-19h30  
 Jeudi 18h-19h30  
 Samedi 13h-18h

En plus des temps en piscine, les entrainements se construisent sur des temps de travail au sol - en bassin ou en salle

## LIEUX DE PRATIQUE

## PISCINE PLEIN-SUD

1, Boulevard Eugène Duthoit - Lille

## PISCINE MARX DORMOY

36 Avenue Marx Dormoy - Lille

## PISCINE FIVES

82 rue du Long Pot - Lille

## CONDITIONS D'ENTRÉE

Pas d'âge limite. Les nouvelles arrivées se font : Lors de tests d'aptitudes pour les nageurs/nageuses n'ayant jamais pratiqué de sports aquatiques. Par positionnement directement dans les groupes de pratique selon niveau

## TENUE

Maillot de bain, bonnet de bain, lunettes de piscine et pince-nez obligatoires. Short ou legging, t-shirt pour les entrainements en salle. Gourde, élasti-bandes, poids de 500g (fitness) selon les niveaux de pratique.

La tenue du club (short, t-shirt, maillot de bain, bonnet) est exigée pour les niveaux de pratique compétitive.

## DOCUMENTS D'INSCRIPTION

Inscription en ligne dès l'accord du responsable technique

## COTISATIONS

Loisirs : **200€** (1 à 2 entrainements / semaine)

Débutants et compétitions - 18 ans : **290€**

Adultes compétition : **250€**

Etudiants ou personnel Université : **-20% sur la cotisation**

## Renseignements et inscriptions

Secrétariat d'accueil du LUC - 03 79 45 98 98  
 contact@luc.asso.fr

## AU LUC NATATION ARTISTIQUE

- ✓ Pas d'âge limite
- ✓ Diversité de la pratique (du loisir à la performance) de la compétition régionale aux niveaux nationaux
- ✓ Participation aux Championnats de France
- ✓ Apprentissages élaborés à partir des règlements fédéraux

