

	Aviron Brestois Centre Nautique du Moulin blanc 29200 Brest brestaviron@gmail.com Site : brestaviron.fr 	
---	---	---

Lieu de Pratique : Passage à Plougastel-Daoulas, bâtiment et club House.

Navigation dans la rade de Brest ou sur la rivière Elorn (jusqu'à Landerneau).

Randonnées et compétitions organisées sur d'autres régions (Bretagne, Venise, Paris...).

Tarifs 2020-2021

Période Septembre 2020 à fin Août 2021	Moins de 15 ans	15 à 18 ans et réduits (*) (nés en 2003-2006)	➤ 18 ans
Année Complète	100€	160€	215€
6 mois (Sept/Fév)**	70€	110€	140€

Tarif famille : réduction pour plusieurs adhésions dans la même famille.

*Réduit : étudiant, demandeur d'emploi

**Pour une période différente : se renseigner auprès du secrétariat du club.

Horaires 2020-2021, créneaux standards.

D'autres créneaux sont ouverts en fonction des demandes.

Mercredi Aviron Santé	10H00 – 12H00
Mercredi pour les jeunes	14H00 - 17H00
Lundi-Mardi- Mercredi-Jeudi-Vendredi (*)	18H00 - 20H00
Vendredi après-midi Loisirs Seniors	14H00 – 17H00
Samedi Matin adultes 3 créneaux	8H30 - 12H15
Samedi après-midi adultes	14H00 - 16H30
Dimanche matin adultes 2 créneaux	8H30 - 12H00

(*) Pour les horaires d'été en sortie bateaux, sinon séance indoor possible toute l'année.

. **AVIFIT** : créneau prévu le mercredi soir, précisions lors des inscriptions

Sur l'eau ou en salle (ergomètres, salle d'étirements et renforcement musculaire).

Portes ouvertes Septembre :

- Samedi 5 Septembre (9H30-11H30 ou 14H00-16H00)
- Dimanche 6 Septembre (9H30-16H00)

Stage d'initiation (3 séances sur 3 créneaux possibles) :

- Samedi : 12-19 et 26/09 de 10H00 -12H00, 14H00-16H00
- Dimanche 13- 20 et 27/09 de 10H00-12H00

Tenue recommandée pour sortie sur l'eau : Prévoir une tenue sportive adéquate, proche du footing ou vélo

- Chaussures pouvant aller dans l'eau, semelles pas trop glissantes.
- Vêtements pas trop amples pour ne pas gêner le mouvement des bras.
- Vêtements de rechange pour l'après sortie (vestiaire à disposition).

	Aviron Brestoïis Centre Nautique du Moulin blanc 29200 Brest brestaviron@gmail.com Site : brestaviron.fr 	
---	--	---

Lieu de Pratique : Passage à Plougastel-Daoulas, bâtiment et club House.

Navigation dans la rade de Brest ou sur la rivière Elorn (jusqu'à Landerneau).

Randonnées et compétitions organisées sur d'autres régions (Bretagne, Venise, Paris...).

Tarifs 2020-2021

Période Septembre 2020 à fin Août 2021	Moins de 15 ans	15 à 18 ans et réduits (*) (nés en 2003-2008)	➤ 18 ans
Année Complète	100€	160€	215€
6 mois (Sept/Fév)**	70€	110€	140€

Tarif famille : réduction pour plusieurs adhésions dans la même famille.

*Réduit : étudiant, demandeur d'emploi

**Pour une période différente : se renseigner auprès du secrétariat du club.

Horaires 2020-2021, créneaux standards.

D'autres créneaux sont ouverts en fonction des demandes.

Mercredi Aviron Santé	10H00 – 12H00
Mercredi pour les jeunes	14H00 - 17H00
Lundi-Mardi- Mercredi-Jeudi-Vendredi (*)	18H00 - 20H00
Vendredi après-midi Loisirs Seniors	14H00 – 17H00
Samedi Matin adultes 3 créneaux	8H30 - 12H15
Samedi après-midi adultes	14H00 - 16H30
Dimanche matin adultes 2 créneaux	8H30 - 12H00

(*) Pour les horaires d'été en sortie bateaux, sinon séance indoor possible toute l'année.

AVIFIT : créneau prévu le mercredi soir, précisions lors des inscriptions.

Sur l'eau ou en salle (ergomètres, salle d'étirements et renforcement musculaire).

Portes ouvertes Septembre :

- Samedi 5 Septembre (9H30-11H30 ou 14H00-16H00)
- Dimanche 6 Septembre (9H30-16H00)

Stage d'initiation (3 séances sur 3 créneaux possibles) :

- Samedi : 12-19 et 26/09 de 10H00 -12H00 ou 14H00-16H00
- Dimanche 13- 20 et 27/09 de 10H00-12H00

Tenue recommandée pour sortie sur l'eau : Prévoir une tenue sportive adéquate, proche du footing ou vélo

- Chaussures pouvant aller dans l'eau, semelles pas trop glissantes.
- Vêtements pas trop amples pour ne pas gêner le mouvement des bras.
- Vêtements de rechange pour l'après sortie (vestiaire à disposition).