



# ACTIVITÉS DU C.A.N.

## Cercle Aviron Nogentais



(Certificat de natation 50 m obligatoire pour les mineurs)

- **AVIRON** et **Préparation Physique Générale (PPG)**: initiation, mise en forme, compétitions, randonnées.
- **Aviron Indoor** (Ergomètre rameur en salle)
- **Aviron Indoor en distanciel** (vous possédez votre matériel, nous vous proposons une initiation et de faire partie de l'équipe du CAN).
- **Stand Up Paddle**

<b>HORAIRES :</b>	<b>TARIFS :</b>
<b>Aviron :</b> - Samedi de 14h00 à 16h30 - Dimanche de 9h00 à 11h30 <b>et</b> <b>Préparation Physique Générale :</b> - Mardi ou jeudi de 18h00 à 19h30.	<b><u>Droits d'entrée la première année</u></b> <b>Aviron + PPG :</b> - Cotisation annuelle pour adulte : <b>160 €</b> (Licence FFAviron comprise) <b>+ Droits d'entrée 30 €</b> - Cotisation annuelle pour scolaire : <b>125 €</b> (Licence FFAviron comprise) <b>+ Droits d'entrée : 15 €</b>
<b>Aviron découverte :</b> - Samedi de 14h00 à 15h00	<b>Titre initiation</b> (1 séance) : <b>15 €</b> (Non renouvelable)
<b>Aviron Indoor en distanciel :</b> - 2 séances d'initiation - Inscription challenge FFA	<b>Aviron Indoor en distanciel :</b> - Cotisation annuelle : <b>50 €</b> (Licence FFAviron comprise)
<b>Stand Up Paddle</b> - Samedi de 14h00 à 16h30	<b>Stand Up Paddle :</b> - Cotisation annuelle : <b>80 €</b> (Licence FFSurf comprise) <b>Les mineurs moins de 16 ans doivent être accompagnés.</b>
<b>Tarifs dégressifs pour parents et enfants d'une même famille (nous consulter).</b>	