

Modalités d'inscription

- Une Photo
- Un certificat médical
- Une enveloppe timbrée
- Une fiche d'inscription

Tarifs

	Hérouvillais	Non-Hérouvillais
Ecole de natation, Loisirs, Adultes Perf	190 €	200 €
Compétiteurs	205 €	215 €
Forme et santé, Aquagym, Aquajogging	130 €	140 €

Renseignements :

Club des Marsouins
16 rue de Bouvines
14200 Hérouville-Saint-Clair
02 31 94 86 79
club-des-marsouins@orange.fr

Nos partenaires



Ville d'Hérouville Saint Clair



RÉGION NORMANDIE



LE DÉPARTEMENT



Caen la mer
NORMANDIE
COMMUNAUTÉ URBAINE

SEMMERET



FITNESS PARK
Hérouville Saint Clair
02 31 91 79 38



QUELLIER
ARTISAN BOULANGER



FRUITS & LÉGUMES • FRAIS • ÉPICERIE • VRAC • HYGIÈNE



Natation
Water-Polo
Ecole de Natation
Forme et Santé
Rand'eau
Aquagym

Nous contacter :

02 31 94 86 79

Club-des-marsouins@orange.fr

Club des Marsouins : Horaires des activités Saison 2018/2019

	Crèche Nautique	JM 1	JM 2	JM 3	JM 4	Loisirs 13/15 ans	Loisirs 16/ 18 ans	Adultes Perfs	Aqua Jogging	Forme et Santé	Aquagym, Circuit-training
Lundi	20h/20h45	17h15/18h 19h/19h45 *	17h/18h *			18h/19h		13h/13h45	12h15/13h	21h/21h45	
Mardi	20h/20h45	19h45/20h30		20h30/21h30	20h30/21h30			12h/13h45 21h15/22h15			20h45/21h30
Mercredi	13h/13h45	10h/10h45 13h/13h45 13h45/14h30	10h45/11h45	14h/15h	14h/15h	20h/21h	20h/21h	21h/22h		10h30/11h30	9h30/10h30
	13h45/14h30		13h / 14h	19h/20h	19h/20h					20h/20h45	21h/21h45
Jeudi	20h/20h45	18h45/19h30 19h45/20h30	19h45/20h45	20h30/21h30	20h30/21h30			12h/13h45 21h15/22h15			
Vendredi	20h/20h45	17h15/18h	17h/18h 18h/19h				21h/22h	21h/22h			
Samedi	12h/12h45	9h45/10h30	10h/11h	10h/11h	10h/11h						
	13h/13h45	10h30/11h15 11h15/12h	11h/12h	11h/12h	11h/12h						

* JM orientés Water-polo

Pour les **nouveaux adhérents** enfants de 6 à 13 ans : Test le 29/30/31 Aout

PRENDRE RDV (email : club-des-marsouins@orange.fr)

Compétitions

	Avenirs	Avenirs 1	Avenirs 2	Jeunes 1	Jeunes 2	Juniors Départ	Juniors Région	Masters	Water-polo compétition	Water-Polo Loisirs	Ecole de Water-polo
Lundi	18h/19h			18h/19h30	19h30/21h		19h/21h	21h/22h15	19h45/22h		
Mardi		19h45/20h45	18h/19h15		19h15/21h	19h45/21h15		21h/22h15	18h/20h		
Mercredi		15h/16h	13h/14h15	16h - 17h30	14h15/16h	17h30/19h	18h/20h		19h45/22h	13h/14h30	13h/14h30
Jeudi	18h/18h45					19h45/21h15	19h30/21h	21h/22h15			
Vendredi		20h/21h	18h/19h15		19h15 - 21h		18h/20h		19h45/22h		19h/20h30
Samedi				12h - 14h		12h/14h	12h/14h			12h/14h	

Pour les groupes de compétition, water-polo et natation, vérifier les créneaux avec les entraîneurs