

COMPÉTITION ET LOISIRS (Licence A)

Tarifs individuels annuels

- Mineurs : 200€
- Adultes : 230€

AVIFIT (Licence I)

Coût de la licence 30€ par an

(Gatuite aux détenteurs de la licence A)

	AVIFIT
Pack de 10 séances	85€
Pack de 20 séances	150€
Pack de 3 séances	195€
Abonnement annuel séances illimitées	350€

Réduction famille possible

SI CUMUL LICENCE A et LICENCE I ANNUELLES

540€

TARIFS DÉGRESSIFS				
Nombre de personnes	2*	3*	4*	5*
Réduction	5%	10%	15%	20%

* Époux/parents avec enfants mineurs



Modalités de paiement : Chèques, chèques vacances.

Possibilité de paiement en 3 fois (uniquement en chèque).

Séances d'initiation limitées à 2, déductibles de la licence : 20€

Rameur licencié FFA dans un autre club : 110€

LE PRIX DE NOS COTISATIONS INCLUT:

- L'assurance responsabilité civile
- La mise à disposition de tous nos équipements.
- L'inscription aux régates et championnats.

Une participation aux frais de transports et d'hébergements est demandée lors des déplacements (compétitions ou loisirs).

**Fiche d'inscription et règlement intérieur sont en téléchargement sur le site du club à l'adresse suivante:
www.aviron-agenais.fr*

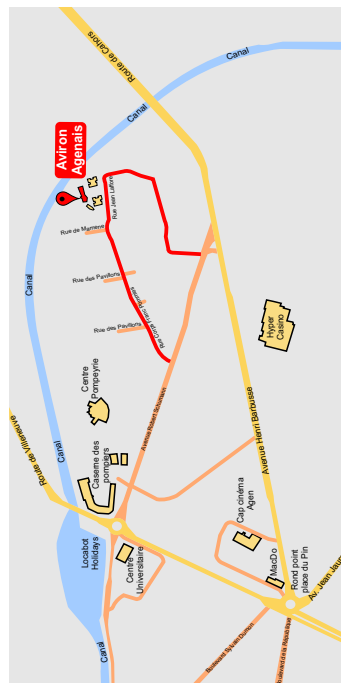
Ne pas jeter sur la voie publique - Imprimé par nos soins

AVIFIT - AVIRON SANTÉ
Centre Clouche
8 Av. Fr. Mitterrand
47550 BOE

Contacts :
avifit.avironagenais@gmail.com

Sylvie Arbey
06 89 75 59 35

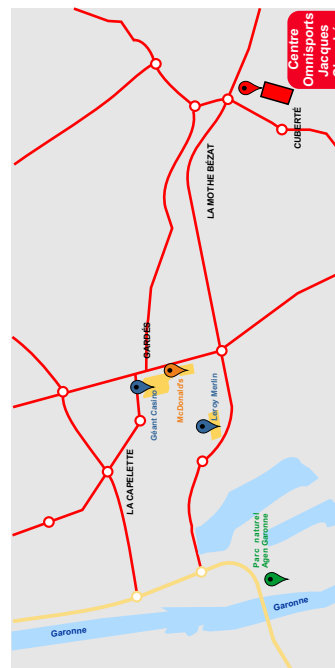
Diane Maisonnier
06 87 86 71 69



AVIRON AGENAIS
Rue Jean Laffère
47000 AGEN

Contacts :
aviron.agenais47@gmail.com
www.aviron-agenais.fr

Alexia Tevesseadre
06 72 90 73 45
OU
Pierre Drapé
06 72 95 74 35



**Une association de bénévoles passionnés
vous propose de découvrir :**

- La compétition
- L'avifit
- L'aviron loisir
- L'aviron santé





SECTION COMPETITION

Contacts :
[Cédric Carobbio](mailto:Cedric.Carobbio@aviron-agenais.com)
[06 75 74 58 39](tel:0675745839)

[Baptiste Crenca](mailto:Baptiste.Crenca@aviron-agenais.com)
[06 87 17 55 67](tel:0687175567)

Vous êtes compétiteurs dans l'âme, vous aimez le challenge et les entraînements ne vous font pas peur. Dépassez vous dans la compétition, le club vous accompagne vers le haut niveau.

Les traditionnelles compétitions d'aviron

En skiff, en deux, en quatre ou encore en huit, régates et championnats vous feront vivre des émotions inoubliables: Montée d'adrénaline sur la ligne de départ, excitation du bord à bord et enlevage final pour franchir la ligne d'arrivée au bout de l'effort.



Aviron Indoor

Compétitions en salle sur ergomètres ouvertes tant aux hommes qu'aux femmes..

Toutes distances, en solo, en équipe, en relais, par tranche d'âge.

Une discipline en plein essor et des championnats disputés dans une ambiance survoltée.

Cédric Carobbio votre coach, champion du monde 2020 sur 500m.



SECTION LOISIRS

Contact :
[Christian Darnaud](mailto:Christian.Darnaud@aviron-agenais.com)
[06 62 01 85 05](tel:0662018505)

La compétition n'est pas votre priorité, notre section loisir vous permet une pratique sécurisée, avec des coachs expérimentés dans une ambiance conviviale et détendue.

Le plaisir d'être au calme sur l'eau, lors de nos entraînements et de nos randonnées en rivière, en étroite contact avec la nature.



L'AVIRON AGENAIS...

...FAÇON FITNESS

vous allez adorer !

Contact :
[Sylvie Arbey](mailto:Sylvie.Arbey@aviron-agenais.com)
[06 89 75 59 35](tel:0689755935)

- Venez nous retrouver, et maintenez votre forme dans une ambiance sportive, ludique et conviviale.

- Cette activité très complète est pratiquée **en salle sur ergomètre** et s'adapte à tous les profils de pratiquants.

- **Sous la direction d'un coach expérimenté**, les cours, en musique, rythment et structurent les exercices d'entraînement.

- **Sur le plan physique**, cette pratique mobilise l'ensemble des groupes musculaires, développe les systèmes cardio - vasculaires et énergétiques et cela sans causer le moindre traumatisme articulaire.



Contact :
[Diane Maissonnier](mailto:Diane.Maissonnier@aviron-sante.com)
[06 87 86 71 69](tel:0687867169)

Vous vous êtes éloignés de la pratique sportive, votre état de santé nécessite de la prévention, ou du soin. L'aviron santé est fait pour vous.

> LE PROGRAMME

- Des coachs Aviron Santé formés pour vous accompagner.
- Un club labellisé pour vous accueillir.
- Des pratiques adaptées pour retrouver la forme (bateau, aviron indoor, travail au sol).

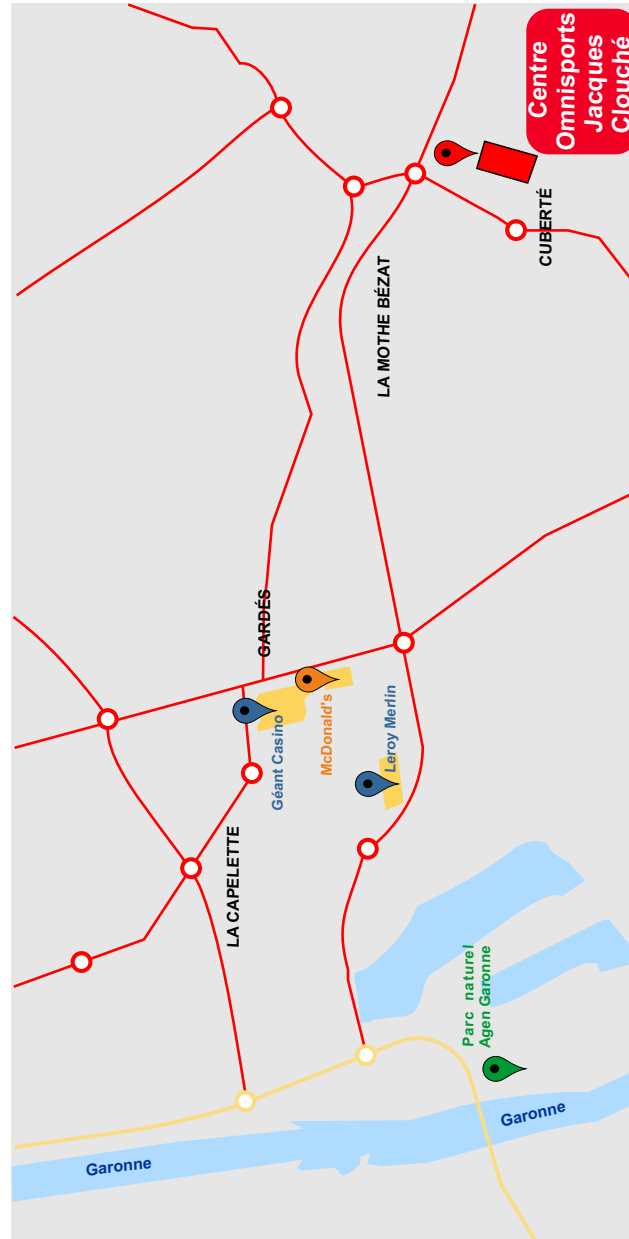
> LES BIENFAITS

- **Améliorer votre endurance** en stimulant votre système cardiovasculaire et pulmonaire.
- **Tonifier vos muscles** en mobilisant vos bras, vos jambes et votre buste de façon harmonieuse.
- **Préserver vos articulations** en pratiquant une activité portée.
- **Stabiliser votre poids** en ramant de façon modérée et prolongée.
- **Développer votre coordination et votre équilibre** en adoptant une meilleure posture.

L'AVIRON AGENAIS...

...FAÇON FITNESS

vous allez adorer !



Ne pas jeter sur la voie publique - Imprimé par nos soins





- Venez nous retrouver, et maintenez votre forme dans une ambiance sportive, ludique et conviviale.

- Cette activité très complète est pratiquée en salle sur ergomètre et s'adapte à tous les profils de pratiquants.

- Sous la direction d'un coach expérimenté, Les cours, en musique, rythment et structurent les exercices d'entraînement.

- Sur le plan physique, cette pratique mobilise l'ensemble des groupes musculaires, développe les systèmes cardio - vasculaires et énergétiques et cela sans causer le moindre traumatisme articulaire.



Coût de la licence 30€ par an
(Gratuite aux détenteurs de la licence A)

	+	AVIFIT
Pack de 10 séances		85€
Pack de 20 séances		150€
Pack de 3 séances		195€
Abonnement annuel séances illimitées		350€

Réduction famille possible

SI CUMUL LICENCE A et LICENCE I ANNUELLES

540€



Une fois le paiement de la licence et de la cotisation effectué, un lien Doodle est envoyé directement sur votre adresse Email afin de réserver vos séances.

Jours	Horaires
Lundi	Séance de: 17h30 à 18h30 Séance de: 18h30 à 19h30
Jeudi	Séance de: 17h30 à 18h30 Séance de: 18h30 à 19h30

** Fermé durant les vacances de Noël*