



Le club de natation liégeois

## ÉCOLE DE NATATION



### Enfants

Accoutumance (1x 30')  
Apprentissage (1 ou 2x 30')  
Perfectionnement (1 ou 2x 30')

### Ados

intermédiaire (1 ou 2x 45')

### Adultes

Apprentissage / Perfectionnement (1 ou 2x 45')



Nos cours sont dispensés dans 6 piscines :  
École communale du Laveu, Centre sportif d'Outremeuse,  
Collège Saint-Louis, Collège Saint-Servais,  
Athénée royal Liège Atlas, école communale de Xhovémont.



## NATATION ARTISTIQUE

### Pré-minimes

De 7 à 9 ans, si l'on sait nager.  
Entraînements 2 à 3x par semaine.

### Groupes « Loisirs »

Dès 10 ans.  
Entraînements : 1 à 2 fois par semaine.  
Sans participer à des compétitions.

### Groupes « Compétition »

Participation à des compétitions régionales,  
nationales et internationales.  
Entraînements allant de 2 à 4 fois par semaine  
selon le niveau. Durée 2 à 3 h.



La Natation Artistique est destinée aux personnes de plus de 7 ans sachant déjà nager correctement. Mélange de danse, de natation et de gym, cet art s'effectue en musique et vous apportera maîtrise, souplesse, force et esprit d'équipe.



La section  
compétition est  
destinée aux nageurs  
dès 7 ans désirant  
s'entraîner afin  
de participer à des  
épreuves régionales,  
nationales et  
internationales.



Pour d'autres renseignements, une seule adresse:

**WWW.MOSAN.EU**



**ÉCOLE DE NATATION**

Florence De Gyns  
Ombeline De Gyns  
Catherine Delhougne  
04 253 07 03



**COMPÉTITION**

Roberto Albores  
Coordinateur Technique  
0485 38 61 99  
competition@liegemosan.eu



**NAGE ARTISTIQUE**

Charline  
0495 16 48 91  
Gaëlle  
0478 48 14 86  
Sofia  
0498 62 07 79