



Livret d'accueil

2021 - 2022



Mot du président



L'Aquatic club de Bourges permet différentes pratiques de la natation : la Compétition, la Natation Loisirs, l'Aquaforme et la Natation Sport Forme et Santé.

Fort d'environ 600 membres, c'est à ce jour le meilleur club de la région Centre val de Loire.

Notre association est un club familial qui accueille tous les niveaux et s'adapte à la pratique de chacun.

Nos valeurs sont l'implication, l'exigence, la convivialité et la solidarité.

L'âme de notre association se trouve dans son équipe de professionnels, de bénévoles, un comité Directeur qui œuvre sans compter tout au long de l'année à mes côtés par son implication, ses compétences, sa motivation, ses projets et ses objectifs.

Cordialement

Le président

Guy HETTON

Contact

AQUATIC CLUB DE BOURGES

Centre nautique Raymond Boisdé

1, avenue du 11 novembre 1918

18000 Bourges

☎ : 02 48 70 88 21 (Aux heures des permanences)

🌐 : www.acbourges.fr

@ : contact@acbourges.fr

Permanence du secrétariat à la maison du club (à côté de la piscine)

- Lundi, Mardi, et Jeudi de 17h à 19h
- Mercredi de 15h à 19h



Nathalie Corn

Secrétaire bénévole



LES ACTIVITES

Ecole de Nage :

Initiation et acquisition des bases de la natation. A partir de 6 ans,
4 Niveaux : apprentissage, sauv'nage,
pass'sport de l'eau et pass'compétition.



Natation compétition :

Toutes catégories et Masters.
Compétiteurs de niveau
départemental à international.



Natation Loisir :

Jeunes et adultes désirant pratiquer
régulièrement la natation mais ne
souhaitant pas faire de compétition.

Parent nageur : parent venant nager
pendant les entrainements de leurs
enfants sans entraineur.

Water-polo :

Equipe jeunes et équipe mixte
adultes



Eau libre :

Pratique de la natation sportive en
milieu naturel (lacs, rivières et
mers)

Aquagym, Aquabyke :

Remise en forme et renforcement musculaire en
douceur et en musique.



Recapitulatif creneaux des différents groupes

	Centre nautique interieur	Centre nautique exterieur	Gibjons
Lundi	Aquabike 12h/12h30	Regionale 18h/20h	aquagym 20h15/21h
	Aquabike 12h45/13h15	Master 19h/20h30	
	Jeunes 18h/19h30	Loisirs adultes 20h/21h	
	Apprentissage 19h/19h45 departemental 19h30/20h30		
Mardi	Avenirs 19h/20h15	parents - nageurs 19h/20h	Master 7h30/8h30
	pass'sport- pass'compét 19h/20h15	Jeunes 19h/20h30	Regionale 7h30/8h30
	Apprentissage 19h/19h45	Régionale 19h/20h30	Aquapalming 20h15/21h
	apprentissage 19h45/20h30	Loisirs ado 20h/21h	sauv'nage 19h/20h
	Water-polo 20h15/22h		
Mercredi	sauv'nage 9h30/10h30	Régionale 17h/18h30	jeunes 19h/20h30
	sauv'nage 16h/17h	Départementale 18h30/19h30	avenirs 19h15/20h30
			Aquagym 20h30/21h15
jeudi	Apprentissage 19h/19h45	parents - nageurs 19h/20h	Water- Polo jeunes 19h/20h
	sauv'nage 19h/20h	Régionale 19h15/20h45	Apprentissage adultes 20h/21h
	pass'sport- pass'compét 19h/20h	Master 20h/21h	Loisirs ado 20h/21h
	Water- polo 20h/22h	Loisirs adultes 20h30/21h30	Regionale 7h30/8h30
Vendredi	Régionale 7h30/8h30	Départementale 18h30/19h30	jeunes 18h15/19h45
	Master 7h30/8h30		régionale 18h15/19h45
	Aquabike 11h30/12h		jeunes water-polo 18h15/19h45
	Aquabike 12h/12h30		
	Avenirs 18h/19h15		
	Loisirs ado 19h30/20h30		
Samedi		Jeunes 10h/12h	
		Régionale 10h/12h	

Apprentissage: 1 séance/semaine; sauv'nage: 1 séance/semaine;
 pass'sport et pass'compét: 2 séances/semaine Loisirs ado et loisirs adultes 2 séances/semaine.

Staff technique



Christophe CLEUZIOU



Jeremy SAULNIER



Alexis CORN



Alexandre AMIAUD



Elodie BEAL



Rémi LEGRAND



Stephane FAVIERE



Audrey CLEUZIOU



Sylvain VALJIT



Caroline DALBIN



Samuel DIANCOURT



Aurélien BERNEAU



Quentin BRISSET



Carole VAULT



Didier SANGARIA

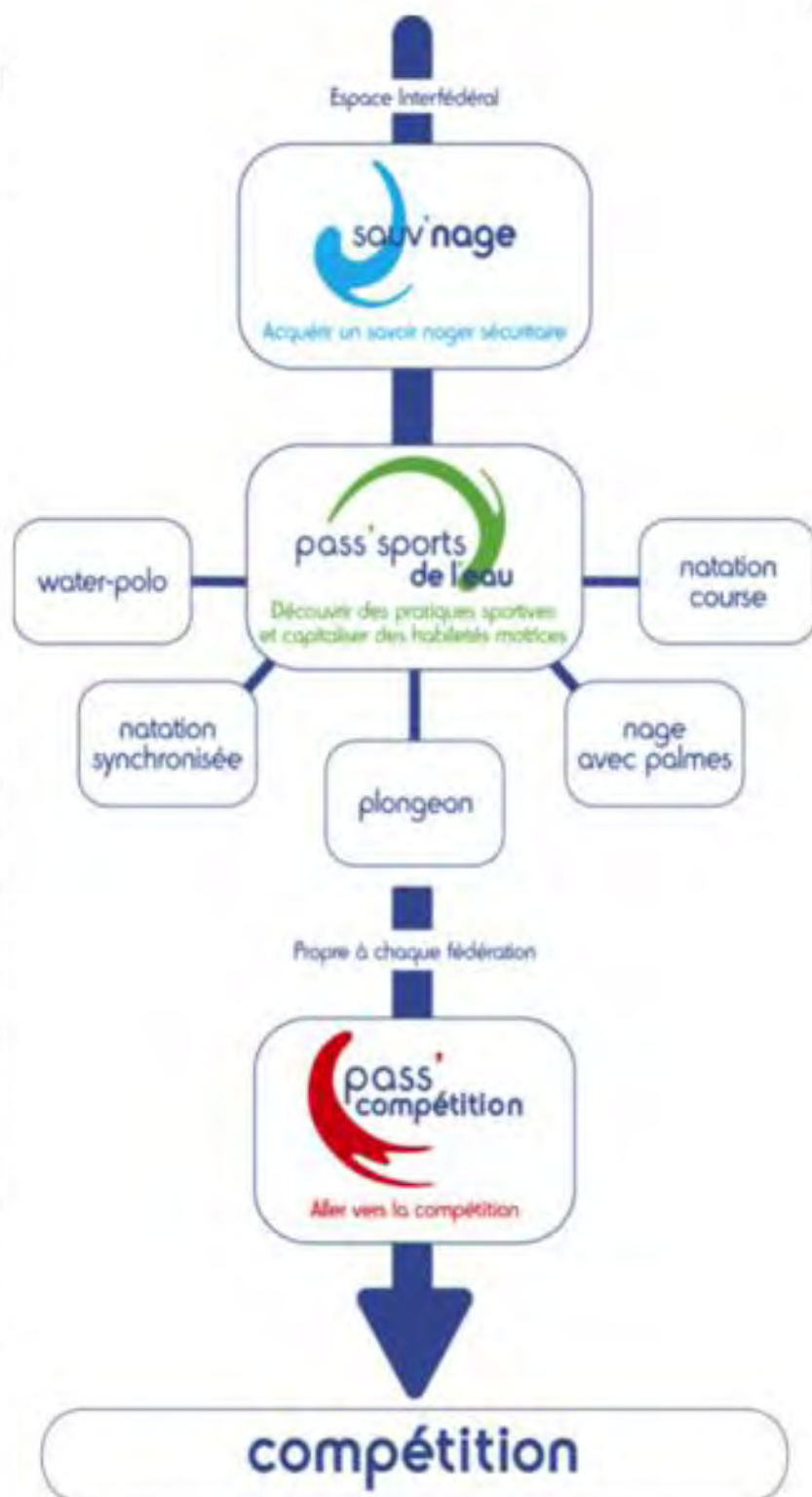
L'École de Natation Française (ENF)

Les jeunes nageurs des écoles de natations françaises, une fois l'apprentissage fait doivent passer par les 3 étapes incontournables :

La 1^{ère} étape :
le **sauv'nage** permet d'évaluer l'acquisition de compétences minimales pour assurer sa propre sécurité dans l'eau, c'est le savoir nager sécuritaire pour tous.

La 2^{ème} étape :
le **pass'sport** de l'eau valide la capitalisation d'habiletés motrices à l'origine d'une construction plus élaborée du nageur. Elle s'appuie sur la découverte de cinq disciplines sportives de la « Natation »

La 3^{ème} étape :
le **pass'compétition** : elle est propre à chaque discipline, à chaque Fédération et a pour but de s'assurer d'un niveau de pratique minimum pour s'orienter vers la compétition dans la discipline de son choix.



Membres du comité directeur



Guy Hetton

PRESIDENT



André Beal

VICE- PRESIDENT
SECRETAIRE-ADJOINT
POLE ANIMATIONS



Nathalie Corn

TRESORIERE-ADJOINTE
POLE OFFICIELS



Catherine Lotin

TRESORIERE
POLE-OFFICIELS



Annie Beal

SECRETAIRE



Yann Charton

RESPONSABLE ESPACE CLUB



Christophe Cleuziou

DIRECTEUR TECHNIQUE
POLE SPONSORS



Willy Taureau

POLE SPONSORS



Delphine Vandal-Morin

POLE EQUIPEMENTS
POLE OFFICIELS



Saloua Lotmani

POLE SPONSORS
POLE EQUIPEMENTS



Florence Barchasz

POLE ANIMATIONS
PARTENARIAT MAIRIE



Daniel Marcel

POLE ANIMATIONS



Jacques Tissot

POLE
ANIMATIONS



Sylvie Grolier

MEMBRE
ACTIVE



Alain Tores

PARTENARIAT
MAIRIE



On a besoin de vous

Association en danger

Les associations sont avant tout riches de l'action individuelle de ses membres.

A cet égard, se posent d'importantes questions qui touchent aux fondements même de la liberté d'association, puisque les associations reposent sur le bénévolat.

Sans bénévoles, les associations sont en danger.

Aujourd'hui, le bénévolat s'essouffle et notre association en souffre.

Les bénévoles qui, aujourd'hui, consacrent leurs loisirs au profit de vos activités, et celles de vos enfants doivent être de plus en plus sollicités.

Nous avons besoin de Bénévoles et d'Officiels et tous ensemble, nous pouvons encore faire un travail sensationnel et redynamiser notre association en nous partageant les activités.

L'association, pour fonctionner, est structurée en Commissions. Celles-ci sont composées de volontaires parmi les membres élus mais aussi de personnes non élues de l'association.

Le rôle des commissions est de coordonner et d'organiser les activités qui leur sont afférentes en travaillent en coopération avec les autres.

N'hésitez pas à nous rejoindre, la volonté et le dynamisme de chacun sont nécessaires au développement du Club, à l'épanouissement et à la réussite de nos nageurs.

Si vous souhaitez intégrer une ou plusieurs commissions, contactez nous

ON A BESOIN DE VOUS !!!

Devenez officiel natation

C'est une vérité toute simple : sans officiels, pas de compétition, c'est ainsi pour la natation comme pour tous les sports.

Mais d'où viennent les officiels ? Tout simplement des clubs eux-mêmes qui doivent, sous peine d'amende, présenter un nombre d'officiels proportionnel au nombre d'engagements lors de la compétition.

Mais d'où viennent les officiels de l'ACB ? Tout simplement des parents eux-mêmes qui, après un court stage, sont habilités à chronométrer ou assurer le rôle de juge de nage.

1- Le recrutement des officiels à l'Aquatic Club de Bourges :

Le sujet est donc posé, la participation de l'ACB aux compétitions repose sur la présentation d'officiels. Comme pour la quasi-totalité des clubs, les officiels sont des parents de nageurs.

Plusieurs témoignages de parents rapportés, témoignent qu'il ne s'agit pas d'une « corvée », et que tous les parents qui ont fait cela, quelle qu'en soit la durée, l'ont fait avec un grand plaisir et en ont beaucoup retiré.

Cet article a donc pour objectif de convaincre les parents plus au moins récents au club de faire la démarche de devenir officiel.

Pour conclure cette première partie, nous pouvons rappeler deux évidences :

- Sans officiels, nous ne pourrions inscrire les enfants aux compétitions.
- Plus on a d'officiels, plus la participation de chacun en tant qu'officiel est légère.

2- Qui est concerné, Comment devenir Officiel :

Tous les parents des nageurs compétitions, (Avenir, jeune,)

Devenir officiel est simple : il suffit de se rapprocher du secrétariat du bureau du club, qui donnera la démarche à suivre.

Le parcours est simple :

Participer à une session de formation du comité du Cher (1/2 journée à Bourges, souvent un samedi).

- ° Occuper un poste en « doublure » lors d'une compétition afin de moins appréhender la compétition.
- ° Occuper un poste lors d'une compétition officielle afin de valider ses acquis.

Une fois officiel, il s'agit alors simplement d'assurer quelques compétitions pendant la participation de vos enfants par exemple.

N'hésitez pas à vous faire connaître auprès des Entraîneurs, des bénévoles du club, lors de vos inscriptions pour la prochaine saison.

Aquatic Club de Bourges

Téléphone : 02.48.70.88.21

Mail : contact@acbourges.fr Site : www.acbourges.fr

Partenariat

PROFITEZ DE **-20%**
SUR 
AVEC LE CODE
ACBOURGES18SWIM

*Valable toute l'année / Hors promotions en cours



www.eurocomswim.com



Le Site [eurocomswim](http://eurocomswim.com) de vente en ligne de matériel de natation est partenaire avec notre club. Grâce à cette collaboration et à notre code, vous avez des réductions de 20% sur les produits venant de notre autre partenaire ARENA.

Le site a un délai de livraison très réactif pour les achats standards.

On compte sur vous, pour vos commandes afin d'optimiser notre partenariats et d'avoir plus d'offres intéressantes.

L'équipement du club

eurocom
Swim

arena



Tee-Shirt

6/7-14/15ans
XXS - 3XL

Junior : 22.4€
Adulte : 24€



Pull- capuche

6/7-14/15ans
XXS - 3XL

Junior : 46€
Adulte : 56€



Veste zippé

Junior : 39€ Adulte : 49.40€



Pantalon sport

Junior : 31€ Adulte : 41.40€



Maillot Bain

Junior : 25.40€
Adulte : 32.60€



Boxer

Junior : 20.6€
Adulte : 28.6€



Short

Junior : 30.20€
Adulte : 32.60€



Blouson

XS- XXL :
115€



Parka

XXS - 3 XL :
115€



Sac à dos
45L
51€



Sac
40L
35€



Bonnet
Taille
unique
5€

Nom :.....

Prénom :.....

☎ :.....

@ :.....

Groupe d'entraînement à L'Aquatic club de Bourges :.....



Articles	Référence	couleur	Taille	Quantité	Prix
Tee-shirt junior	1D360	rouge			
Tee-shirt Adulte	1D341	rouge			
Pull Capuche junior	1D359	rouge			
Pull capuche adulte	1D346	rouge			
Veste junior	1D647	rouge			
Veste adulte	1D350	rouge			
Veste junior	1D647	blanc			
Veste adulte	1D350	blanc			
Pantalon junior	1D648	rouge			
Pantalon junior	1D648	blanc			
Pantalon junior	1D648	noir			
Pantalon Adulte	1D351	rouge			
Pantalon Adulte	1D351	blanc			
Pantalon Adulte	1D351	noir			
Short junior	1D357	rouge			
Short Adulte	1D349	rouge			
Maillot de bain fille Junior	2A264	rouge			
Maillot de bain fille Adulte	2A243	rouge			
Boxer Junior	2A259	rouge			
Boxer Adulte	2A275	rouge			
Blouson	001398	noir			
Parkat	1D355	noir			
Sac à dos	002436	rouge			

Bon de commande accompagné du règlement (Chèque à l'ordre ACB) à remettre avant le 20 septembre à la maison du club ou dans la boîte aux lettres.