



SWIMMING ACADEMY

Nous offrons des cours collectifs et individuels permettant aux enfants de se développer à travers les cours de natation. Ceux-ci sont dispensés par des instructeurs qualifiés. Leurs qualités pédagogiques sont adaptées à toutes les aptitudes, que ce soit pour apprendre à nager ou apprendre des techniques de nage avancées.

L'équipe de la Swimming Academy est à votre disposition pour tout renseignement complémentaire. N'hésitez pas à nous contacter par email à l'adresse academy@aspria.be ou par téléphone au +32 2 609 19 53.

We offer group and individual lessons ensuring children can develop their swimming skills and techniques. All swimming lessons are taught by qualified swimming instructors and cater for all abilities, from learning to swim or mastering advanced strokes.

Swimming Academy team is at your disposal for any information. You can contact us by email at academy@aspria.be or by phone on +32 2 609 19 53.

EN ROUTE POUR LA VICTOIRE! | ON THE ROAD TO VICTORY!



PRIX | PRICES

ASPRIA BABY (0-2 ANS YEARS)	
Aqua Baby NEW (4 mois-2,5 ans 4 months-2,5 years)	75 € par 5 séances 5 classes
Psychomotricité aquatique NEW (2,5-4 ans years)	225 €
ASPRIA MINI (3-5 ANS YEARS)	
Petits Nageurs 1 (4-5 ans years)	145 € en semaine weekdays 155 € le week-end at weekends
Petits Nageurs 2 (4-5 ans years)	145 € en semaine weekdays 155 € le week-end at weekends
ASPRIA JUNIOR (6-8 ANS YEARS)	
Poissons 1a & 1b	145 € en semaine weekdays 155 € le week-end at weekends
ASPRIA JUNIOR + (9-11 ANS YEARS)	
Poissons 2 & 3	145 € en semaine weekdays 155 € le week-end at weekends
Pré-compétition NEW	210 €
ASPRIA TEEN, TEEN + & EVOLUTION (12-17 ANS YEARS)	  
Swim Evolution	210 €

COMMENT RÉSERVER ?

Les inscriptions se font en ligne sur myASPRIA.com à partir du 13 juin.

Pour plus d'informations sur les cours et les prix, contactez l'Academy au +32 2 609 19 53 ou par e-mail à l'adresse academy@aspria.be

Aucun remboursement ne sera effectué en cas d'absence d'un ou plusieurs jours, quelle qu'en soit la raison, à l'exception d'une blessure survenue pendant l'activité empêchant l'enfant de poursuivre celle-ci. Il n'est pas possible de reporter une activité à un autre jour.

HOW TO BOOK?

You can register your child online on myASPRIA.com from 13th June onwards.

For further information about classes and prices please contact the Academy on +32 2 609 19 53 or by email at academy@aspria.be

No refunds will be made in the event that a child misses one or more days, whatever the reason, unless the child suffers an injury during the activity which prevents him/her continuing.

It is not possible to postpone an activity to a later date.

QUELQUES RÈGLES

Nous demandons à nos membres de bien vouloir respecter les règles du club, afin que celui-ci reste un endroit agréable et relaxant pour tout le monde.

- Les enfants de 0 à 13 ans accompagnés d'un adulte ont accès à l'espace Wellness le mercredi de 14.00 à 17.00 et le samedi de 11.00 à 14.00.
- Les enfants de 14 ans et plus peuvent profiter de la piscine sans surveillance.
- Les enfants de plus de 8 ans doivent se changer dans les vestiaires adaptés, à moins qu'ils se changent dans les espaces réservés aux familles.

Vous pouvez consulter la liste complète des règles du club sur myASPRIA.com ou à la Réception.

A FEW RULES

We ask that our members respect the club rules of etiquette, so that the club remains a friendly and relaxing place for everyone.

- Children aged from 0 to 13 yrs old must be accompanied by an adult to have access to the Wellness area on Wednesday between 14.00 and 17.00 and on Saturday between 11.00 and 14.00.
- Children aged 14yrs + can use the swimming pool unaccompanied.
- Children over the age of 8yrs must use the appropriate gender changing room unless within family changing areas.

You can view the full list of club rules on myASPRIA.com or ask at Reception.

BREVETS :

Qu'il soit « Petits Nageurs » ou « Poissons », la remise des brevets constitue l'une de ces étapes importantes pour votre enfant et concrétise un accomplissement. L'ouverture de notre école de natation vous offre dorénavant la possibilité de passer vos brevets ADEPS. Les brevets ADEPS font autorité dans l'ensemble de la Belgique, ils peuvent donc être réclamés lors de stages aquatiques externes (stage de voile, Kitesurf, etc.).

Whether your child is a "Petits Nageurs" or a "Poissons", the presentation of certificates represents one of the most significant stages for him or her, formalising an achievement. The opening of our swimming school gives you the opportunity to gain your ADEPS certificates. ADEPS certificates have authority across Belgium, and can therefore be required for external water-based training courses (sailing, kitesurfing etc).

Petits Nageurs 1 :

Nager 5 mètres sans aide, normalement et sur le dos
Swim 5 meters without help, normally and on the back

Flèche ventrale sans appui (sans flotteur)

Swim on the tummy without support (without float)

Battements de jambes sans respiration | Kick the legs without breathing

Chercher un objet sous l'eau | Search for an object underwater

Petits Nageurs 2 :

25 mètres sans aide sur le dos | 25 metres on the back without help

3 mouvements coordonnés en brasse (sans respiration)

3 co-ordinated movements in breaststroke (without breathing)

Poissons 1a :

25 mètres en brasse et sur le dos sans aide dans le grand bassin

25 meters in breaststroke and on the back without help in the large pool

Poissons 1b :

25 mètres en brasse, en crawl et sur le dos | 25 meters breaststroke, crawl and on the back

Poissons 2 :

8 fois 25m (200m), avec saut dans l'eau | Jump into the water and swim 8 x 25m (200m)

Poissons 3 :

3 fois 25m 3 nages (brasse, crawl, dos crawlé)

Swim 3 x 25m using 3 strokes (breaststroke, crawl, back crawl)



SWIMMING ACADEMY TIMETABLE

Septembre à Décembre 2018 | September to December 2018





ACADEMY SWIMMING TIMETABLE

DU | FROM 3/09/2018 AU | UNTIL 23/12/2018



LUNDI MONDAY	MARDI TUESDAY	MERCREDI WEDNESDAY	JEUDI THURSDAY	VENDREDI FRIDAY	SAMEDI SATURDAY	DIMANCHE SUNDAY
16.30-17.00 Petits Nageurs 2 Sébastien, 4-5 ans years €	16.30-17.00 Petits Nageurs 1 Laurent, 4-5 ans years € NEW	14.00-14.30 Poissons 1b Arnaud, 6-8 ans years €	16.00-16.30 Petits Nageurs 2 Benoit, 4-5 ans years €	16.15-16.45 Petits Nageurs 2 Benoit, 4-5 ans years €	09.30-10.00 Poissons 1b Dimitri, 6-8 ans years €	09.20-09.40 Aqua Baby Eric, 4 mois-2,5 ans 4 months-2,5 years € NEW
17.00-17.30 Poissons 1a Sébastien, 6-8 ans years €	16.30-17.00 Poissons 1b Manu, 6-8 ans years € NEW	14.30-15.00 Petits Nageurs 2 Arnaud, 4-5 ans years €	16.30-17.00 Poissons 1b Sébastien, 6-8 ans years €	16.15-16.45 Poissons 3 Sébastien, 9-11 ans years €	09.30-10.00 Poissons 1b Maxime, 6-8 ans years €	09.40-10.00 Aqua Baby Eric, 4 mois-2,5 ans 4 months-2,5 years € NEW
17.30-18.00 Poissons 3 Sébastien, 9-11 ans years €	17.00-17.30 Petits Nageurs 2 Laurent, 4-5 ans years € NEW	14.30-15.00 Poissons 1a Dimitri, 6-8 ans years €	16.30-17.00 Poissons 3 Benoit, 9-11 ans years €	16.45-17.15 Petits Nageurs 1 Sébastien, 4-5 ans years €	09.30-10.00 Poissons 2 Benoit, 9-11 ans years €	10.00-10.20 Aqua Baby Eric, 4 mois-2,5 ans 4 months-2,5 years € NEW
	17.00-17.30 Poissons 2 Manu, 9-11 ans years € NEW	15.00-15.30 Petits Nageurs 2 Dimitri, 4-5 ans years €	17.00-17.30 Poissons 1a Benoit, 6-8 ans years €	16.45-17.15 Poissons 2 Benoit, 9-11 ans years €	10.00-10.30 Petits Nageurs 1 Dimitri, 4-5 ans years €	
	17.30-18.00 Poissons 1a Laurent, 6-8 ans years € NEW	15.00-15.30 Poissons 1b Emilie, 6-8 ans years €	17.00-17.30 Poissons 2 Sébastien, 9-11 ans years €	17.15-17.45 Poissons 1a Benoit, 6-8 ans years €	10.00-10.30 Petits Nageurs 2 Benoit, 4-5 ans years €	
	17.30-18.00 Poissons 3 Manu, 9-11 ans years € NEW	15.30-16.00 Petits Nageurs 1 Emilie, 4-5 ans years €	17.30-18.00 Petits Nageurs 1 Benoit, 4-5 ans years €	17.15-17.45 Poissons 1b Sébastien, 6-8 ans years €	10.00-10.30 Poissons 1a Maxime, 6-8 ans years €	
		15.30-16.00 Poissons 1a Dimitri, 6-8 ans years €	17.30-18.00 Petits Nageurs 2 Sébastien, 4-5 ans years €	17.45-18.15 Poissons 3 Sébastien, 9-11 ans years €	10.00-10.30 Psychomotricité aquatique Eric, 2,5-4 ans years € NEW	
		16.00-16.30 Petits Nageurs 2 Emilie, 4-5 ans years €		17.45-18.30 Pré-Compétition Arnaud, 9-11 ans years € NEW	10.30-11.00 Petits Nageurs 2 Maxime, 4-5 ans years €	
		16.00-16.30 Poissons 2 Dimitri, 9-11 ans years €		18.15-19.00 Pré-Compétition Sébastien, 9-11 ans years € NEW	10.30-11.00 Petits Nageurs 2 Dimitri, 4-5 ans years €	
		16.30-17.00 Petits Nageurs 1 Dimitri, 4-5 ans years €		18.30-19.30 Swim Evolution Arnaud, 12-17 ans years €	10.30-11.00 Poissons 1b Benoit, 6-8 ans years €	
		16.30-17.00 Poissons 3 Manu, 9-11 ans years €			10.30-11.00 Psychomotricité aquatique Eric, 2,5-4 ans years € NEW	
		17.00-17.30 Poissons 1a Manu, 6-8 ans years €			11.00-11.30 Petits Nageurs 2 Maxime, 4-5 ans years €	
		17.00-17.30 Psychomotricité aquatique Eric, 2,5-4 ans years € NEW			11.00-11.30 Poissons 1a Benoit, 6-8 ans years €	
		17.30-18.00 Poissons 2 Manu, 9-11 ans years €			11.00-11.30 Poissons 2 Dimitri, 9-11 ans years €	
		17.30-18.00 Psychomotricité aquatique Eric, 2,5-4 ans years € NEW			11.00-11.30 Psychomotricité aquatique Eric, 2,5-4 ans years € NEW	
		18.00-18.30 Psychomotricité aquatique Eric, 2,5-4 ans years € NEW			11.30-12.00 Petits Nageurs 1 Maxime, 4-5 ans years €	
		18.00-18.45 Pré-Compétition Manu, 9-11 ans years € NEW			11.30-12.00 Poissons 1a Benoit, 6-8 ans years €	
		18.45-19.45 Swim Evolution Manu, 12-17 ans years €			11.30-12.00 Poissons 3 Dimitri, 9-11 ans years €	

L'Academy organise des stages sportifs, tennistiques, créatifs pendant les vacances scolaires mais aussi des cours de Qwan Ki Do, Capoeira, Ballet, Football, Tennis et bien d'autres. Demandez votre brochure à la Réception ou contactez l'Academy à academy@aspria.be.

Academy organises tennis, sports and creative camps during school holidays but also Qwan Ki Do, Capoeira, Ballet, Football, Tennis classes and much more. Ask for the brochure at Reception or contact the Academy at academy@aspria.be.