

**SAI
SON
26
27**

Livret de **bienvenue.**



*Tout savoir
Tout comprendre*

**STADE LAVALLOIS
NATATION**



Bienvenue

au Stade Lavallois Natation

Vous souhaitez rejoindre le Stade Lavallois Natation ?
Bravo ! très bon choix.

Avec plus de 350 licenciés, le SLN est le plus grand club de natation du département. Nous accueillons les enfants dès 4 ans pour découvrir le plaisir de l'eau, apprendre à nager et progresser à leur rythme jusqu'à la maîtrise des 4 nages. Les plus motivés peuvent découvrir la compétition dès 7/8 ans.

Près de 100 compétiteurs, des catégories Avenirs à Masters, représentent le club en compétitions départementales et jusqu'aux Championnats de France.

Nous proposons également des groupes perfectionnement pour les jeunes et les adultes souhaitant pratiquer une activité physique pour le plaisir et améliorer leur technique, ainsi qu'une nouvelle section de natation artistique dès la rentrée.

Au Stade Lavallois Natation, chacun trouve sa place : apprendre, progresser, se dépasser, partager et vivre une saison riche en sport et en convivialité.



Bien plus qu'un club de natation

nos

activités

Ecole de natation :

Découvrir le milieu aquatique et s'y sentir en sécurité (4-6 ans) puis apprendre à nager (6-8 ans) et apprendre les 4 nages de la natation course (8-10 ans)

Natation loisirs et perfectionnement :

Pratiquer pour le plaisir de faire une activité physique, progresser en technique dans les 4 nages, préparer un projet sportif, prendre du plaisir avec des entraînements variés.

Natation course en compétition :

Pour réussir il faudra développer des qualités techniques, de l'endurance, de la confiance en soi, de la persévérance, du dépassement. Et avec un esprit club ou le succès individuel est en réalité un résultat d'équipe !

Natation artistique : nouveauté rentrée 2026 !

La natation artistique, autrefois appelée natation synchronisée, est une discipline combinant gymnastique, danse et natation. A partir de 8 ans.



Horaires & tarifs



Planning & Tarifs 2026 - 2027

Cours de septembre 2025 à juin 2026 : 32 semaines de cours environ (hors vacances scolaires, jours fériés ou fermetures exceptionnelles de la piscine).
Le tarif comprends : l'adhésion, la licence FFN, le bonnet du club, la carte d'entrée piscine, les engagements des compétitions.

Le club n'est pas responsable en cas de fermeture de la piscine ou en cas de changement de créneaux. Aucun remboursement de cotisation ne sera fait.

Groupe	Age	Nombre d'entrainements	Horaires	Tarif
Ecole des 4 Nages				
Les Minions	4/6 ans	1 cours / semaine (petit bain)	Lundi 17h - 17h45 Mardi 17h - 17h45 Jeudi 17h - 17h45	215 €
Les Némos	4/8 ans	1 cours / semaine (grand bain)	Lundi 17h - 17h45 Lundi 18h - 18h45 Mardi 17h - 17h45 Mercredi 15h45 - 16h30 Jeudi 17h45 - 18h30 Samedi 9h15 - 10h	215 €
Pré-compét Niveau 1	6/10 ans	1 ou 2 cours par semaine** (bassin intérieur)	Lundi 17h - 18h Mardi 18h - 19h Mercredi 16h45 - 17h45 Samedi 10h15 - 11h15	1 cours : 225 € 2 cours : 295 €
Pré-compét Niveau 2	6/12 ans	1 ou 2 cours par semaine** (bassin intérieur)	Mardi 19h - 20h Mercredi 16h45 - 17h45 Jeudi 18h45 - 19h45 Samedi 10h15 - 11h15	1 cours : 230 € 2 cours : 300 €
** il n'est pas possible de prendre Mardi et Jeudi ensemble				
Perfectionnement Ados & Adultes				
Ados Loisirs	12/16 ans	1 ou 2 entrainements	Mardi 19h - 20h Mercredi 17h30 - 18h30 Jeudi 19h - 20h Vendredi 17h30 - 18h30 Samedi 11h30 - 12h30	1 cours : 225 € 2 cours : 295 €
Adultes Loisirs	16 ans et +	1 ou 2 entrainements	Lundi 20h - 21h Mercredi 19h - 20h Jeudi 19h - 20h Samedi 11h30 - 12h30	1 cours : 225 € 2 cours : 295 €
Natation Artistique				
Loisirs Enfants	8/11 ans	1 entrainement	Mercredi 19h - 20h	1 cours : 225 € 2 cours* : 295 €
Loisirs Ados	12/15 ans	1 ou 2 entrainements	Mercredi 18h - 19h Jeudi 18h - 19h	1 cours : 225 € 2 cours* : 295 €
Loisirs Adultes	16 ans et +	1 ou 2 entrainements	Jeudi 19h - 20h	1 cours : 225 € 2 cours* : 295 €

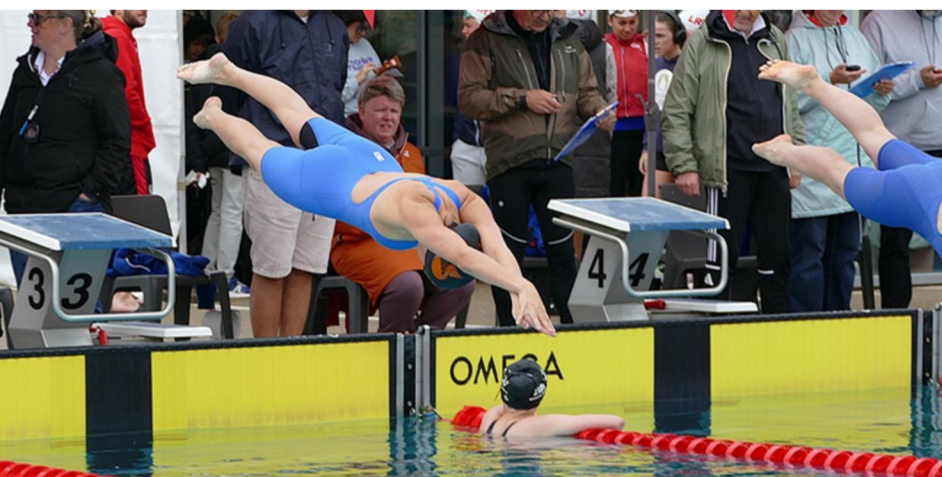
* possibilité de mixer un entrainement de natation course loisirs et un de natation artistique. Pour les groupes compétition nous consulter



Groupes Compétition

Compétitions : groupe selon catégorie du 1er janvier 2027

Avenir (U11)	nés de 2016 et +	2 à 3 entraînements	Lundi 18h - 19h Mercredi 17h45 - 19h Vendredi 17h15 - 18h30 Samedi 9h15 - 10h15	305 €
Benjamins Groupe Départ (U12 et U13)	nés en 2014 - 2015	2 à 3 entraînements	Lundi 19h - 20h Mercredi 14h - 15h30 Vendredi 18h30 - 20h	320 €
Benjamins Groupe Région + (U12 et U13)	nés en 2014 - 2015	3 à 4 entraînements + PPG	Mardi 17h - 18h30 Mercredi 13h30 (PPG) - 15h30 Jeudi 17h15 - 18h30 Vendredi 18h30 - 20h	340 €
Juniors Groupe Départ (U14/U18)	nés en 2013 - 2008	2 à 3 entraînements + PPG	Lundi 17h - 18h30 Mercredi 13h45 (PPG) - 16h30 Jeudi 18h45 - 20h45	340 €
Juniors Groupe région + (U14/U18)	nés en 2013 - 2008	4 à 5 entraînements + PPG	Lundi 18h30 - 20h Mardi 6h30 - 8h / 18h (PPG) - 20h Mercredi 13h45 (PPG) - 16h30 Jeudi 6h30 - 8h / 18h45 - 20h45 Vendredi 18h (PPG) - 20h	370 €
Seniors et Masters	nés de 2007 et moins étudiants et adultes	2 à 3 entraînements	Lundi 20h - 21h15 Mercredi 18h45 - 20h Jeudi 18h30 - 20h	305 €





comment s'inscrire ?

les infos

Nouveaux Nageurs ?

Il faut venir faire un test afin de déterminer votre groupe.

Le test est obligatoire pour tous nouveaux nageurs et pour tous les groupes (école de natation, loisirs, compétition et natation artistique). Les tests ont lieu à la piscine Saint Nicolas (vous ne payez l'entrée). Voir les infos sur le site du club pour les dates et horaires.

Vous êtes ancien nageur du club ou nageur d'un autre club

Vous pourrez vous réinscrire directement via le site internet (adhésion en ligne) en choisissant le groupe qui vous a été communiqué en fin de saison. Si vous venez d'un autre club prenez contact avec nous pour définir avec les entraîneurs le groupe qui vous correspond.

Pré-requis pour les enfants :

Nous acceptons les enfants dès 4 ans : il faut qu'ils sachent mettre la tête dans l'eau, avoir pied dans le petit bain. L'autonomie dans les vestiaires fait également partie du test (les parents ne sont pas autorisés à entrer dans les vestiaires collectifs).





Comment payer votre cotisation ?

Votre dossier doit être finalisé avant le 1er cours. Le mois de septembre est proposé comme mois d'essai. Les cartes d'accès au bassin ne sont distribuées qu'aux nageurs à jour de leur cotisation.

De nombreuses réductions possibles sur votre cotisation :

- **Tarif famille** : -10% sur le total à payer à partir de 2 inscriptions, -15% pour 3 inscriptions et -20% pour 4 adhésions et plus.
- **Tarif étudiant post bac** : -10% sur le total à payer
- Nous acceptons le **Pass Sport** dispositif de la CAF sur justification (70€ remboursés pour les bénéficiaires)
- Nouvelle aide par la mairie de Laval : le dispositif **Avantage Sport**, offrant une aide de 30 € à 70 € pour la licence sportive des lavallois de 2 à 17 ans. Retrait des coupons auprès des services municipaux ou du CCAS sur présentation des justificatifs jusqu'au 31/10/26.
- Le Département de la Mayenne propose le **dispositif Génération Mayenne**, aide financière de 35 € pour l'inscription dans une association sportive ou une structure artistique. Les demandes se font directement en ligne sur le site officiel du département.



Moyens de paiement



Relevé d'identité bancaire

Ce relevé est destiné à tout organisme souhaitant connaître vos références bancaires pour domicilier des virements ou des prélèvements sur votre compte.

Titulaire

ASSOC. STADE LAVALLOIS OMNISPORT

Domiciliation

LAVAL ST ETIENNE

Code Banque	17906
Code guichet	00090
Numéro de compte	96377217869
Clé RIB	86

IBAN (International bank account number)

FR76 1790 6000 9096 3772 1786 986

Code BIC (Bank Identification Code) - Code SWIFT

AGRIFRPP879

Facilités de paiement

- Paiement par virement (possible en plusieurs fois)
- Par chèques (1 à 6 chèques : encaissés qu'à partir du 15 oct puis selon vos souhaits en cas de paiements échelonnés)
- Coupons sports, chèques vacances : remis en main propre lors des permanences (chèque de caution si besoin)
- Espèces : remises en main propre lors des permanences

“ Le club n’est pas responsable en cas de changement des créneaux horaires, en cas de fermeture de la piscine pour quelque raison que ce soit. Il ne pourra donc donner lieu à aucun remboursement. ”





vos coachs **passionnés de natation**

Antonym Bonel :

Ancien nageur de haut niveau, Antonym connaît très bien la natation. Il est diplômé d'une licence Staps, ainsi que d'une licence professionnelle métier de la forme.



Corentin Yan :

Passionné de sport et de natation, Corentin a fait de sa passion son métier. Il est diplômé d'une licence Staps.

Maël Ripoche :

Ancien nageur du club, Maël est diplômé d'un BPJEPS activité aquatique et d'un brevet d'entraîneur de natation.



Elsa Cardoso Lopez :

Elsa est une nageuse de natation artistique formée au club de Nantes. Elle arrive pour nous faire découvrir sa passion.

des

animations

toute la saison

- Passage des tests et diplômes de la FFN
- Pélican Cup de l'école de natation
- Stage pendant les vacances
- Déplacement sur les meeting de la région
- Fête du club
- Organisation de compétitions





Conseils

pour une bonne rentrée

- L'heure indiquée est le début du cours : il faut arriver avant pour se changer. Bien s'assurer que le cours a lieu.
- L'accès au bassin se fait avec une carte. Les parents des groupes Minions et Némos peuvent demander un ticket d'accès à l'accueil.
- L'accès aux vestiaires est réservé aux nageurs et bénévoles. Les parents ne peuvent pas y rentrer. Les enfants doivent se changer en autonomie.
- Ne pas laisser d'objets de valeur dans les vestiaires collectifs. Des casiers avec jeton sont disponibles si besoin.
- Les cours s'enchainent il n'est donc pas possible de voir les entraîneurs après le cours : vous pouvez prendre rendez avec les coaches ou un membre du club
- Il est indispensable de communiquer de manière cordiale avec respect et politesse et sans agressivité aux entraîneurs et aux bénévoles



Bien plus qu'un club de natation

Contacts & Infos



Restez informés de toutes les infos de la vie du club via le site internet **www.stadelavalloisnatation.com**
Disponible également en appli mobile **SPORT REGION**

Suivez nos actualités et résultats sportifs en vous abonnant à nos réseaux sociaux **Instagram et Facebook.**



Rejoignez la communauté **Whatsapp** avec plusieurs groupes : **INFO SLN ou SLN COMPETITIONS**



Pour joindre les bénévoles du club qui vous répondent dès que possible

Téléphone : 07 49 86 76 05

Mail : contact@stadelavalloisnatation.com



Catégories compétitions

saison 2027

A la rentrée 2026 les nageurs sont inscrits dans les groupes correspondant à leur catégorie d'âge **au 1er janvier 2027** (ils feront les compétitions de septembre à décembre 2026 dans leur catégorie actuelle).

Les catégories Avenirs, Benjamins, Juniors, Seniors sont remplacées par le système d'âge : U11, U13, U15 ...

Groupes SLN	Âge en 2027	Année de naissance	Catégorie FFN
Avenirs	11 ans et moins	2016 et après	U11 et moins
Benjamins	12-13 ans	2015 - 2014	U12 - U13
Juniors	14-18 ans	2013 - 2008	U14 - U18
Séniors	19 ans et +	2007 et avant	Seniors

Pour les catégories masters : les catégories commencent à 25 ans et fonctionnent également en année civile : un nageur est Maître dès l'année de ses 25 ans.





Compétitions

bon à savoir

Convocations

Il est impératif de répondre aux convocations reçues par mail ("je suis présent"). Attention à respecter le délai de réponse. Si vous n'êtes disponible qu'une partie du week-end, il faut en informer le coach par mail.

Prix des compétitions

Le club paye les engagements (3€ la nage en département, 8€ en région, 10€ les relais). En cas d'absence non justifiée les engagements seront facturés aux familles. Une participation est demandée pour les déplacements sur les compétitions régionales.

Programme et horaires des compétitions

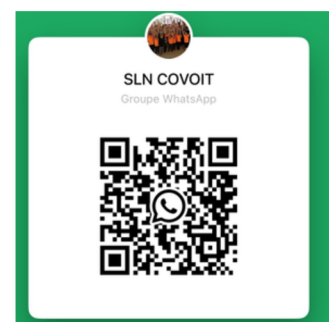
Retrouvez sur le site internet du club en page "Agenda" la fiche technique avec le programme prévisionnel, lieu et horaires. Le programme définitif avec la "start list", les horaires et séries est mis en ligne quelques jours avant la compétition.

Co-voiturage

Un groupe Whatsapp "SLN Groupes compétitions" est disponible. Vous pouvez proposer des places ou en demander si vous ne pouvez pas amener votre enfant.

Le jour de la compétition

Le nageur doit être présent à l'heure d'ouverture pour l'échauffement et l'appel (et non pas juste à l'heure de nager !). Si possible le nageur a une copie du programme avec ses nages et horaires. Vous pouvez suivre les résultats en direct sur le site www.live.fr



Devenir

Bénévole



Envie de donner un coup de main ?

Le Stade Lavallois Natation, c'est aussi une grande équipe de bénévoles !

Que vous ayez quelques heures à offrir, une compétence à partager ou simplement l'envie de participer à la vie du club, vous êtes les bienvenus.

Organisation des compétitions, événements, accueil, communication, recherche de partenaires, aide ponctuelle... chaque coup de main compte !

Rejoignez l'équipe des bénévoles et contribuez, vous aussi, à faire vivre le club.



STADE LAVALLOIS
NATATION



Bien plus qu'un club de natation

VOS

contacts

Demande d'infos : Caroline
contact@stadelavalloisnatation.com
Tél : 07 49 86 76 05

Créneaux et groupes : Christèle
christelle.lataste@stadelavalloisnatation.com

Palement cotisations : Thierry
thierry.gandon@stadelavalloisnatation.com

Officiels compétitions : Philippe
philippe.saboureau123@orange.fr

Coachs :
antonyn@stadelavalloisnatation.com
corentin@stadelavalloisnatation.com

Présidente : Anne-Gaëlle
anne-gaëlle.lannic@stadelavalloisnatation.com





Merci à nos Partenaires Institutionnels





Sponsors, partenaires, mécènes ...

Vous connaissez peut-être notre prochain sponsor !

Le Stade Lavallois Natation grandit grâce à l'engagement de tous. Vous connaissez une entreprise, un commerçant ou un professionnel qui pourrait soutenir le club ?

Parlez-lui de nous ! Un simple contact peut ouvrir la porte à un partenariat et contribuer directement au développement de nos projets.

Vos avez un contact ? Faites - nous en part !

**SAI
SON
26
27**

“

**Bienvenue dans la famille du
Stade Lavallois Natation !**

**Ici, chacun a sa place, chacun peut
progresser et surtout prendre
plaisir à nager et à partager de
beaux moments.**

**Nageur, parent, bénévole ou
supporter, vous faites désormais
partie de l'aventure !**

**Ensemble, faisons vivre les
valeurs qui nous rassemblent :
plaisir, respect, partage et
dépassement de soi.**

”

✉ contact@stadelavalloisnatation.com

☎ 07 49 86 76 05

📍 Piscine Saint Nicolas - 139 Bd Jourdan à Laval

🌐 www.stadelavalloisnatation.com