

# Coupon d'inscription



Nom: \_\_\_\_\_

Prénom: \_\_\_\_\_

Adresse: \_\_\_\_\_

Code postal: \_\_\_\_\_

Téléphone: \_\_\_\_\_ - \_\_\_\_\_ - \_\_\_\_\_ domicile

\_\_\_\_\_ - \_\_\_\_\_ - \_\_\_\_\_ bureau

\_\_\_\_\_ - \_\_\_\_\_ - \_\_\_\_\_ cellulaire

Courriel: \_\_\_\_\_

Date de naissance: \_\_\_\_\_ - \_\_\_\_\_ - \_\_\_\_\_  
AAAA MM JJ

RAMQ : \_\_\_\_\_ Exp. : \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

## Coût (période du 4 janvier au 11 juin 2010)

Groupe	Cotisation	Fédération
Maîtres nageurs (ILLIMITÉ)	200.00\$	37.00 \$
Maîtres nageurs étudiant (ILLIMITÉ)* Possibilité de paiement par session	155.00\$	37.00 \$

\* Étudiant à temps plein seulement avec preuve obligatoire.

La cotisation inclut les taxes et l'assurance responsabilité civile.

La Fédération de natation du Québec est non remboursable et **obligatoire** pour tous.

## Faire parvenir ce coupon avec votre paiement, avant le 16 décembre 2009:

Cotisation à l'ordre de: "Club de natation Mégophias".

Fédération sur autre chèque à l'ordre de: "Transit-Mégophias"

**Adresse de retour:**  
Club de natation Mégophias  
CAPS de l'UQTR, local 0012  
C.P. 500, Trois-Rivières, Qc  
G9A 5H7

Ou dans la boîte aux lettres au local 0012 du CAPS



## Horaire: Au choix parmi ces heures d'entraînements

Jour	Heure	Jour d'entraînements les plus probables (cochez)
<b>Dimanche</b>	16h00 - 17h30	
<b>Lundi</b>	19h30 - 21h00	
<b>Mardi</b>	6h00 - 8h00 sans entraîneur	
<b>Mercredi</b>	19h30 - 21h00	
<b>Jeudi</b>	6h00 - 8h00 sans entraîneur	
<b>Vendredi</b>	18h00 - 19h30	

## Les Maîtres nageurs, c'est quoi?

Les Maîtres nageurs Mégophias font partie d'un *mouvement sportif international* dont le Canada est l'un des pays fondateurs.

L'objectif principal du Club est de fournir aux adultes de 18 ans et plus un programme de *natation sportive* en vue d'acquérir ou de maintenir une bonne condition physique. La participation à des compétitions est facultative.

Le club de natation des Maîtres nageurs existe à Trois-Rivières depuis plus de 20 ans. Il s'est joint au Mégophias en 1994.

L'équipe d'entraîneurs est supervisée par Pascal Dufresne, entraîneur-chef et professionnel de niveau national.

En plus des entraînements hebdomadaires, le club des Maîtres nageurs prévoit à son calendrier des activités sociales variées.

## Le club des Maîtres nageurs vous offre:

- Entraînements adaptés à votre niveau.
- Groupes homogènes par couloir.
- Perfectionnement et correction des styles.
- Apprentissage des nouvelles techniques.
- Encadrement professionnel assurant compétence, progression et variété lors des entraînements.
- Plaisir, santé, amitié et participation.

***Le respect de vos objectifs personnels dans une ambiance dynamique et motivante !***



# Club des Maîtres Nageurs Mégophias de Trois-Rivières

**SAISON 2010**

Du 4 janvier au 11 juin 2010

**Pour plus d'informations:**

Adjointe administrative: Chantal Lambert

Téléphone: 376-5254 poste 4420

Courriel: [megophias@uqtr.ca](mailto:megophias@uqtr.ca)

Adresse: Club de natation Mégophias  
CAPS de l'UQTR, local 0012  
C.P.500, Trois-Rivières, Qc  
G9A 5H7

**À ne pas manquer cette session:**

- ❖ Session débutant le 14 septembre 2009 et se termine le 11 juin 2010.
- ❖ Championnat Provincial des Maîtres nageurs à Ste-Foy du 16 au 18 avril 2010.
- ❖ Activités sociales amusantes!



**NATATION  
POUR ADULTE  
(Récréative ou compétitive)**

**En collaboration avec**



Piscine du Centre de l'activité physique et sportive  
Université du Québec à Trois-Rivières

[www.megophias.com](http://www.megophias.com)