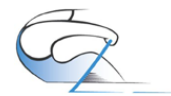




L'AVIRON GRENOBLOIS



➤ C'est quoi ?

L'Aviron Grenoblois a près de 130 ans et compte parmi les plus anciennes associations grenobloises. Association de loi 1901 à but non lucratif, le club s'est donné pour objectif d'initier et de former ses adhérents à la pratique de l'aviron. Grâce à son équipe d'encadrement diplômée, l'Aviron Grenoblois a le label « Ecole d'aviron 3 étoiles » délivré par la Fédération Française d'Aviron.

➤ Mais l'aviron ?

L'aviron est un sport collectif où chacun met ses capacités individuelles au service de l'équipe. Sport de glisse et de vitesse, il combine force, endurance et équilibre. Sport complet, sa pratique développe harmonieusement tous les muscles sans traumatismes.

➤ Comment ça marche ?

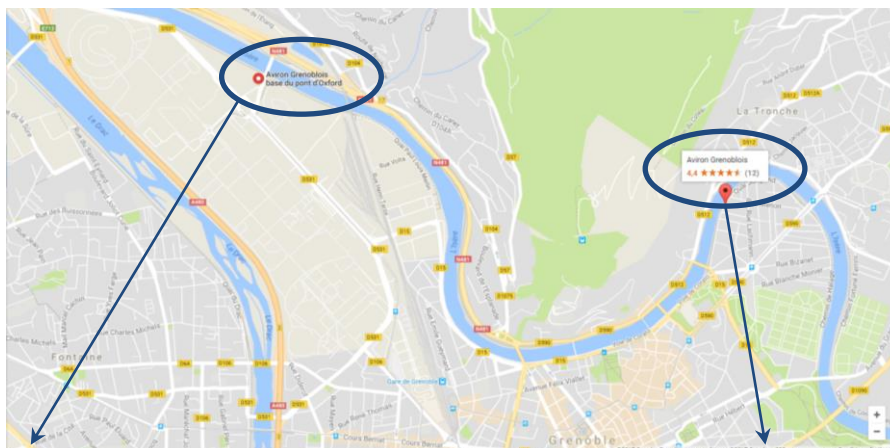
L'Aviron Grenoblois est ouvert à tous à partir de 11 ans quel que soit le niveau de pratique. Afin que chacun puisse trouver sa place dans le club et une pratique qui lui convienne, trois sections ont été mises en place : jeunes, adultes et compétition.

Le club intervient aussi dans de nombreux collèges isérois dans le cadre des activités physiques de pleine nature ou de classe à horaires aménagés mais aussi dans les universités ou dans le cadre de projets thématiques santé, insertion, découverte touristique.

Afin de promouvoir l'aviron auprès de tous les publics, l'Aviron Grenoblois organise également des journées portes ouvertes ou des initiations pour les entreprises.

➤ C'est où ?

L'Aviron Grenoblois, c'est sur 2 sites de pratique :



BASE DU PONT D'OXFORD

160, rue des Martyrs
38000 GRENOBLE

TAG : Tram B – Terminus Presqu'Île



BASE DE L'ÎLE VERTE

37, quai Jongkind
38000 GRENOBLE

TAG : Tram B - Ile verte



➤ Comment nous joindre ?

En nous écrivant sur info@aviron-grenoblois.com ou par téléphone au **04 76 42 77 86**

Retrouvez-nous sur www.aviron-grenoblois.com et facebook.com/aviron.grenoblois



LES JEUNES



Cette section regroupe les adhérents de 11 à 17 ans et se divise en catégorie d'âge.

Toutes les formules de pratique sont possibles : certains viennent 1 fois ou 2 par semaine, d'autres s'entraînent 5 ou 6 fois parce qu'ils se sont fixés des objectifs sportifs. De plus, la saison est ponctuée de stages proposés pendant les vacances scolaires.

Dès le mois de novembre, il est possible de participer à des régates le dimanche ou sur le week-end complet.

Ces régates se déroulent sur différents plans d'eau comme Aiguebelette, Romans, Vichy, Mâcon et bien d'autres.

La saison d'aviron se termine fin juin-début juillet par les championnats de France. Une expérience riche à laquelle chacun peut essayer de participer.



LES ADULTES



Cette section regroupe les adhérents âgés de plus de 18 ans qui souhaitent pratiquer l'aviron sans objectif de compétition.

Les 2 sites de l'Aviron Grenoblois permettent de pratiquer un sport de plein air au cœur de la ville. Entre midi et deux ou le soir, pour se changer les idées après une journée de travail, le week-end pour s'entretenir : tous les types de pratique se côtoient dans la convivialité et la bonne humeur.

Cette section compte le plus grand nombre d'adhérents du club. De nombreux créneaux horaires permettent à chacun de s'intégrer à la vie du club grâce à une pratique personnalisée de l'aviron.

De plus, des randonnées ou des déplacements sont proposés au cours de l'année.



LA COMPETITION

Cette section regroupe les adhérents âgés de plus de 16 ans qui souhaitent participer à des compétitions d'aviron et se confronter au haut-niveau français et international.

L'Aviron Grenoblois dispose d'installations de pointe et d'entraîneurs expérimentés qui préparent les athlètes de cette section aux championnats de France et aux sélections pour l'équipe de France.

Cette section compte plusieurs athlètes membres des équipes de France. L'objectif minimum des compétiteurs est d'atteindre les demi-finales des championnats de France. Pour se faire, un parcours individuel est élaboré, ponctué de stages, de tests et de compétitions.



Retrouvez-nous sur www.aviron-grenoblois.com et facebook.com/aviron.grenoblois