

**HOU JE VAN  
MUZIEK EN  
VIND JE  
ZWEMMEN  
FIJN?**

**DAN MOET JE  
BIJ KZNA  
SYNCHRO ZIJN!**



## **WEBSITE EN FACEBOOK**

[www.neptunusaalst.be](http://www.neptunusaalst.be)  
KZNA Synchro Aalst

## **INDELING GROEPEN**

Brevetgroepen: 5-11 jaar  
Miniemen: 8-12 jaar  
Kadetten: 13-15 jaar  
Junioren: 16-18 jaar  
Recrea Kadetten: 12-15 jaar  
Recrea Junioren: 14-18 jaar

## **TRAININGSUREN**

Maandag: 19u00-21u15  
Donderdag: 19u00-21u15  
Vrijdag: 18u30-21u00  
Zaterdag: 16u30-18u30  
Zondag: 13u00-16u00







## HOE BEGINNEN?

Je kan kennis maken met synchro tijdens onze initiatielessen. In deze lessen leren we de basistechnieken van onze sport aan.

De eerstvolgende initiatielessen vinden plaats op donderdag 03/09/20, 10/09/20, 17/09/20 en 24/09/20 in het stedelijk zwembad van 19u00 tot 20u30.

## INSCHRIJVEN OF MEER INFORMATIE?

[artistiekwemmen@neptunusaalst.be](mailto:artistiekwemmen@neptunusaalst.be)

## ZWEMVEREISTEN

- 25 m zwemmen
- Op de rug durven liggen in het water
- Met het hoofd onder water durven gaan

## KOST

4 initiatielessen: € 10 (Teruggave na aansluiting bij onze synchro-afdeling)

Lidgeld: € 150 per jaar voor 1ste en 2de lid, € 75 voor 3de en volgende.