

# CONTACTS

# AVIRON CLUB MONTARGIS GÂTINAIS

## VOUS ÊTES RESPONSABLE D'UNE ENTREPRISE, D'UNE ASSOCIATION, D'UN CE ?

La pratique de l'aviron favorise l'esprit d'équipe, la motivation du groupe, l'effort individuel au service du collectif. Nous vous proposons des prestations à la carte et à tarifs préférentiels. Contactez-nous afin de mettre en place un partenariat.

## VOUS SOUHAITEZ ORGANISER UN ÉVÉNEMENT SPORTIF ET CONVIVAL ?

Accueil de groupes, anniversaires, séminaires, week-end nature... Contactez-nous ! Nous nous ferons un plaisir de vous seconder dans votre projet (découverte de l'aviron accompagnée d'un repas, d'une visite guidée de la ville...)

## VOUS ÊTES UN PARTICULIER ?

Envie d'essayer ? L'initiation Aviron est l'occasion de découvrir les premières sensations en bateau. Seul ou en groupe, venez partager un beau moment sportif ! Les initiations\* ont lieu le samedi matin de 9h à 12h. **Pour vous inscrire et trouver toutes les précisions utiles, rejoignez-nous au club ou consultez notre site internet.**



02.38.98.42.84  
06.13.31.53.10



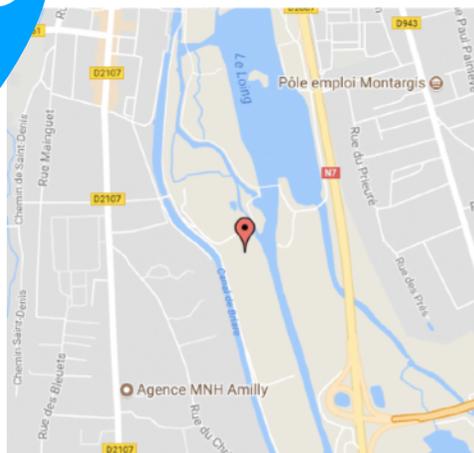
[WWW.AVIRON-MONTARGIS.FR](http://WWW.AVIRON-MONTARGIS.FR)



[C45004@FFAVIRON.FR](mailto:C45004@FFAVIRON.FR)



16 CHEMIN DE LA BAIGNADE  
45 200 MONTARGIS



# AVIRON



\*10€ vous seront demandés. Ils permettent de couvrir les frais d'assurance liés à votre séance et vous seront remboursés si vous vous inscrivez au club.

NE PAS JETER SUR LA VOIE PUBLIQUE



# EMBARQUEZ AVEC NOUS !

Créé en 1979, l'ACMG est le club d'aviron de Montargis et de sa région. Ses 90 adhérents pratiquent l'aviron dans le cadre privilégié de la « **Venise du Gâtinais** ».



## LOCAUX, FLOTTE ET SÉANCES DU CLUB

Les locaux du club sont situés entre le canal de Briare et le Loing. Le parc est constitué de 40 bateaux, individuels ou collectifs adaptés à tous les niveaux.



Nos entraînements ont lieu **été comme hiver** sur le canal ou la rivière. Nous disposons également d'une salle, avec appareils de musculation, ergomètres... À l'ACMG, vous pouvez faire jusqu'à **trois séances par semaine**.



## UN SPORT POUR TOUS ?

Le club encadre des pratiques type **loisirs** mais aussi des **compétitions** et organise régulièrement **des sorties dans toute la France**, y compris en mer.



Soucieux du bien-être de tous, il encadre **les jeunes comme les adultes** ainsi que les personnes atteintes d'un cancer à travers **l'Aviron Bien-être**.

## L'AVIRON, POUR LE CORPS ET POUR L'ESPRIT

L'aviron est un **sport** particulièrement **complet**. Il permet de travailler l'**endurance** et l'**aptitude cardio-respiratoire**, de développer **force, équilibre** et **souplesse**. Outre ses effets bénéfiques sur la santé, il permet aussi de cultiver la convivialité autour d'une activité de pleine nature.

