

BÉBÉ NAGEUR

de 6 mois à 6 ans



Un moment de complicité à partager...

Cette activité a pour objectif de créer un moment de complicité entre l'enfant et ses parents. Il s'agit de proposer aux enfants un environnement aquatique enrichissant qui, par des animations et des aménagements variés, soit source d'éveil, de plaisir partagé.

Horaires :

Samedi matin uniquement

De 6 mois à 3 ans : 9h / 9h30

De 3 à 6 ans : 9h30 / 10h15

NATATION ENFANT

à partir de 6 ans



3 groupes de niveau sont proposés. Celui de votre enfant sera établi au préalable par nos maîtres-nageurs, lors d'un test d'évaluation :

Débutant : L'enfant va apprendre à se déplacer en soufflant dans l'eau avec les bases de la brasse.

Initiation : A cette étape, l'enfant va apprendre à se déplacer sur le ventre en soufflant dans l'eau et sur le dos sans matériel, en autonomie. Les entrées dans l'eau et les immersions en grande profondeur seront au programme.(maîtrise d'au moins une nage).

Perfectionnement : C'est à partir de ce niveau que l'enfant va apprendre les nages codifiées notamment la brasse et le dos crawlé. L'apprentissage des plongeurs et les virages sera aussi abordé.

NATATION ADULTE

à partir de 16 ans



Familiarisation :

Ce cours est destiné aux personnes ayant des appréhensions du milieu aquatique

Cours Apprentissage et de Perfectionnement :

Ce cours s'adresse aux personnes désirant améliorer leur technique de nage ou améliorer leurs capacités physiques.