

BÉBÉ NAGEUR

de 6 mois à 5 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.

Tous les samedi de 9h30 à 11h00 (hors vacances)

NATATION ADULTE

à partir de 16 ans



niveau vert : apprentissage, débutant.

Objectif : être capable de se déplacer seul en grand bain, sans appréhensions. lundi à 9h45 (hors vacances)

niveau bleu : Perfectionnement dans les 3 nages.

Objectif : être capable de maîtriser les 3 nages codifiées (brasse, dos, crawl). Utilisation des palmes (nage privilégiée) mercredi à 19h. (hors vacances)

niveau rouge : entraînement sportif.

Utilisation de planches et de pull buoy.

Objectif : améliorer ses performances aquatiques lors de séances avec séries et utilisation du chronomètre mural. Mercredi à 19h45 (hors vacances).

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 :

niveau vert : Familiarisation avec le milieu aquatique dans le but d'obtenir une première autonomie.

Lundi à 17h15 ou mercredi à 14h15

niveau bleu : Apprentissage et perfectionnement sur 3 nages : crawl, brasse et dos. Les 3 nages devront être acquises pour le passage au niveau supérieur.

Mardi à 17h15 ou mercredi à 14h15.

niveau rouge : Perfectionnement des 3 nages, apprentissage du papillon, plongeon et techniques d'entraînements.

Mercredi à 17h15 au vendredi à 17h15

STAGE DE NATATION ENFANTS



S'amuser, progresser !

A chaque vacance scolaire, le centre aquatique l'île verte vous propose des stages sur mesure.

Le niveau de votre enfant est évalué quand vous le souhaitez.

Il sera automatiquement inscrit sur une liste appartenant à son niveau.

Du lundi au vendredi à 10h30 - 11h15 (pendant les vacances)