



Les différents groupes de notre école

Notre école de natation consiste en différents groupe. Chaque groupe est adapté à l'âge et aux capacités des enfants. Ce que je dois pouvoir faire pour entrer dans un groupe

❖ Le groupe Hippocampe

Accoutumance en petit piscine.

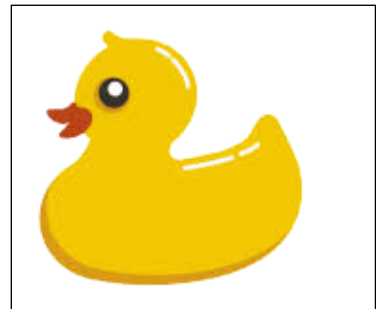
J'ai minimum trois ans et je veux jouer dans l'eau.
J'apprends à ne plus avoir peur de l'eau. Un peu d'eau sur la figure ne me dérange plus.



❖ Le groupe Caneton

Début grande piscine. Se débrouiller seul, être à l'aise sans lunettes

Je n'ai pas peur de l'eau. Je peux mettre ma tête sous l'eau et je peux rester flotter quelques secondes si on m'aide. Debout sur le bord de la piscine j'ose sauter dans l'eau tout seul. Je me déplace déjà sur le dos ou sur le ventre avec une aide.



❖ Le groupe Pingouin

Grande piscine. Début apprentissage de nage : dos et début crawl

En grande piscine, j'ose sauter du bord et je sais revenir tout seul. En dos, j'utilise déjà un peu mes bras. Passer dans un cerceau immergé à 1m20... Cool ça je sais faire.



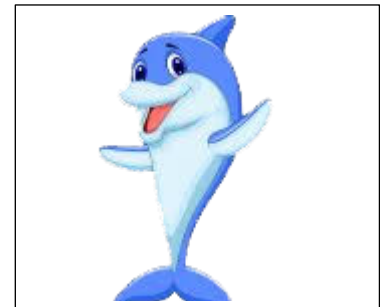


Les différents groupes de notre école

❖ Le groupe Dauphin

Perfectionnement dos et apprentissage brasse et crawl

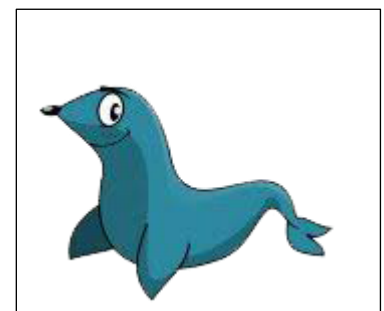
Je sais déjà faire 50 mètres en dos et je me débrouille déjà un peu en crawl. Je sais faire un départ dos et j'ai déjà un peu appris à faire des plongeurs depuis le plot. On m'a déjà appris la technique du cumulet.



❖ Le groupe Otarie

Perfectionnement dans les 3 nages. Apprentissage papillon

J'ai passé mon brevet 100 m dos, 50 m crawl et 50 m brasse. Virage, ondulations, coulées, reprise de nage ... Je connais bien tout ça !



❖ Le groupe Requin

Perfectionnement dans les 4 nages.

Je sais faire un 200 m dos, un 100 m brasse et un 100 m crawl (mais pas tout en même temps). En papillon je sais déjà faire 25 m. J'ai mon brevet 150 m trois nages.

