

**PLANNING COURS DE NATATION RUMILLY
ANNEE 2022-2023**

* **Bébés nageurs** (à partir de 6 mois)

Séance de 40 minutes basée sur les découvertes sensorielles, les activités locomotrices, le développement psychoaffectif et l'éveil social. Les activités se font en groupe, en présence d'un ou des 2 parents, sous la surveillance d'un maître-nageur sauveteur. Le bébé n'apprend pas à nager mais à jouer et à s'épanouir dans l'eau. Des fiches explicatives sur les différentes situations que vous pourrez mettre en place avec votre enfant seront également disponibles au bord du bassin.

Les dimanches, à 8h, 8h40 et 9h20 (sauf au mois d'août)
22 € la séance unitaire, abonnements possibles

* **Cours de natation Enfants**

- Pour les 3-4 ans (petite et moyenne section de maternelle)

Mercredi à 17h et samedi à 14h30 pendant 5 semaines

Séance où l'enfant doit être accompagné d'un parent.

Mise en situation de l'enfant avec le parent dans les conditions de flottaison, d'immersion et de déplacement pour commencer à **sécuriser** l'enfant dans le milieu aquatique.

195 € la session de 10 cours de 45 min

	Date début	Date fin	Places disponibles
S1	Samedi 03/09	Mercredi 05/10	8
S3	Mercredi 16/11 (9 cours seulement)	Samedi 17/12 (pas de cours le 19/11)	8
S5	Mercredi 08/02	Samedi 11/03	8
S6	Mercredi 15/03	Samedi 15/04	8

- Pour les 5 ans (grande section de maternelle)

Mercredi entre 15h et 18h et samedi entre 12h30 et 15h15 pendant 5 semaines

Séance en petit groupe axée sur l'autonomie et les **prémices de l'apprentissage** de la nage.

195 € la session de 10 cours de 45 min

	Date début	Date fin	Places disponibles
S1	Samedi 03/09	Mercredi 05/10	12
S2	Mercredi 12/10	Samedi 12/11	12
S3	Mercredi 16/11	Samedi 17/12	6
S4	Mercredi 04/01	Samedi 04/02	12
S5	Mercredi 08/02	Samedi 11/03	12
S6	Mercredi 15/03	Samedi 15/04	12
S7	Mercredi 19/04	Samedi 20/05	12
S8	Mercredi 24/05	Samedi 24/06	12
S9	Mercredi 28/06	Samedi 29/07	12

- A partir de 6 ans (CP)

Apprentissage et codification des nages ventrale et dorsale en petits groupes de 6 à 8 enfants maximum.

195 € la session de 10 cours de 45 min

Mercredi entre 15h et 18h et samedi entre 12h30 et 15h15 selon les groupes pendant 5 semaines

**Les horaires exacts de votre enfant vous seront communiqués le jour du test en fonction de son groupe.
Tous les cours doivent être honorés, seul un certificat médical permettra le report d'un cours selon les places disponibles.**

	Date début	Date fin	Test	Places disponibles
S1	Samedi 03/09	Mercredi 05/10	Test le mercredi 31/08 à 17h	12 2 groupes
S2	Mercredi 12/10	Samedi 12/11	Test le samedi 08/10 à 12h30	24 4 groupes
S3	Mercredi 16/11	Samedi 17/12	Test samedi 05/11 à 15h30	6 1 groupe
S4	Mercredi 04/01	Samedi 04/02	Test le mercredi 28/12 à 17h	24 4 groupes
S5	Mercredi 08/02	Samedi 11/03	Test le samedi 04/02 à 16h30	12 2 groupes
S6	Mercredi 15/03	Samedi 15/04	Test le samedi 11/03 à 14h30	12 2 groupes
S7	Mercredi 19/04	Samedi 20/05	Test le samedi 15/04 à 15h30	24 4 groupes
S8	Mercredi 24/05	Samedi 24/06	Test le samedi 13/05 à 16h30	24 4 groupes
S9	Mercredi 28/06	Samedi 29/07	Test le samedi 24/06 à 16h30	24 4 groupes

*Perfectionnement natation enfants

- A partir de 6 ans, pour les enfants sachant déjà nager

Perfectionnement des nages codifiées en travaillant sur la respiration, la glisse et la gestuelle.

Activités à l'année (1 cours par semaine le samedi du 17 septembre au 8 juillet sauf vacances scolaires et pas de cours le 19 novembre). Test d'aptitude au préalable le 10 septembre.
Entre 15h30 et 17h30 selon les groupes, durée du cours 1 heure.

435 € l'inscription à l'année

*Aquaphobie et Apprentissage ADULTES

Familiarisation avec le milieu aquatique, apprentissage ou perfectionnement selon votre situation
Mercredi entre 15h et 18h et samedi entre 12h30 et 15h15 pendant 5 semaines.

	Date début	Date fin	Places disponibles
S3	Mercredi 16/11	Samedi 17/12	6

195 € la session de 10 cours de 45 min