

## L'école de natation

### Objectifs

L'école de natation est ouverte aux enfants **dès l'âge de six ans**. Les différentes étapes de l'apprentissage de la natation passent de la découverte du milieu aquatique à la maîtrise des nages codifiées (crawl, dos, brasse, dauphin). L'objectif n'est pas un cursus destiné uniquement à l'acquisition de gestes techniques qui amèneront l'enfant à savoir nager. Nous nous intéressons aussi à l'activité dans ses dimensions sportives, sociales, culturelles, affectives, physiologiques et motrices.

La natation est un sport exigeant qui implique l'acquisition des éléments clés : (flotter, respirer, se propulser, glisser) ; puis de la structure correcte du mouvement avec les mouvements clés et de différentes qualités de coordination. Une fois les bases travaillées et maîtrisées, l'apprentissage des techniques pourra être entrepris dans de bonnes conditions. L'enfant évolue à son rythme et en harmonie avec sa maturité.

### Les différents paliers :

L'école de natation comprend sept paliers. A son entrée, l'enfant est évalué et placé dans le palier qui correspond à ses compétences. Chacun progresse à son rythme dans les différents paliers. Les étapes passent par la maîtrise de critères établis pour chaque palier, qui sont contrôlés par des tests d'évaluation. Les tests réussis permettent l'accès au palier suivant et sont récompensés par des écussons.

### Les moniteurs :

Tous les moniteurs de l'école de natation sont issus du monde aquatique et sont eux-mêmes d'anciens ou d'actuels nageurs. Ils ont suivi différentes formations ( J+S, Swimsports ,brevets français ) et apprécient le contact avec les enfants.

### Monitrice responsable des différents paliers :

Paliers A, B, C, D et P : Isabelle Schmid

### Horaires et lieu des cours :

Tous les cours se donnent au bassin du collège de Numa-Droz. Pour les deux premiers paliers le mercredi après-midi de 15h15 à 17h45, pour les deux paliers suivant le mardi de 17h45 à 20h, pour le 3ème palier le mercredi de 17h50 à 18h20 ,pour les paliers de perfectionnement 1 et 2, le mercredi de 17h50 à 19h50 et le dernier palier de perfectionnement, le samedi matin de 9h à 9h55 à la piscine des Arêtes.

Une leçon dure 30 minutes sauf pour le dernier palier qui est de 55 minutes.

### Prix et paiement des abonnements

Les sessions sont de 12 leçons à 160.- CHF. Une finance de 20.- est demandée lors de l'inscription. Le nageur s'engage à suivre régulièrement les cours pendant ces 12 leçons et renouvelle tacitement son abonnement ou informe l'école de natation de son éventuel arrêt.

**Le paiement de l'abonnement se fait au début de chaque session aux 2 dates indiquées sur le calendrier que le nageur reçoit avec son abonnement.**

Le paiement se fait directement au bassin de Numa-Droz aux dates indiquées et auprès de la responsable de L'école de natation.

### Inscription :

Les inscriptions se font par téléphone au numéro de l'école de natation : 032 926 26 70

Par Email : ecole.natation@cncf.ch