



COURS DE NATATION

Pour les mois de Juillet et Aout, le Maitre-Nageur Sauveteur propose à la piscine municipale d'Espalion des cours d'apprentissage de natation pour les enfants.

Objectif à atteindre : Niveau 1 : « aimer l'eau »

Enfants à partir de la fin de la Grande Section

Forfait de 10 cours (9 cours achetés – 1 offert) du lundi au vendredi sur deux semaines consécutives

- immersion (être capable d'immerger tout son corps dans l'eau),
- poussée ventrale (être capable de pousser du mur pour se projeter vers l'avant),
- équilibre horizontal (être capable d'effectuer une étoile de mer ventrale et dorsale),
- saut dans le grand bassin,
- battements ventraux (être capable de se déplacer en gardant l'équilibre).

Objectif à atteindre : Niveau 2 : « brasse coulée »

Enfants à partir de la fin du CP

Forfait de 10 cours (9 cours achetés – 1 offert) du lundi au vendredi sur deux semaines consécutives

- initiation au plongeon,
- apprentissage de la brasse coulée.

Il est souhaitable d'avoir validé le niveau 1 pour accéder au niveau 2 car l'enfant doit avoir un minimum d'aisance dans l'eau, notamment être familiarisé avec les immersions et l'équilibre pour pouvoir gérer les situations difficiles.

Créneaux : les leçons de natation commencent dès l'ouverture de la piscine début Juin
(en fonction des mesures sanitaires)

Cours en Juin : après l'école

Cours en Juillet / Août : Hors horaires d'ouverture au public (Matin, Midi et Soir)

Inscription après test de niveau pour les nouveaux ;-)

Renseignements auprès du MNS 06.30.92.72.00 pour toutes questions



ECOLE DE L'EAU

Pour les mois de Juillet et Aout, la Mairie propose à la piscine municipale d'Espalion des cours de perfectionnement pour les enfants au rythme de 1 fois semaine, au prix de 30 euros/inscrit.

ENFANTS

Objectif à atteindre : Niveau 3 : « Savoir Nager » et perfectionnement

Avoir le niveau du « Savoir Nager » en attendant de le faire valider par l'éducation nationale en Septembre pour les 6èmes.

JEUDI 20H-21H (10 places)

Objectif à atteindre : Niveau 4 : « Perfectionnement natation »

MERCREDI 20H-21H (15 places)

*Inscriptions et paiement à la caisse du lundi au dimanche de 11H00 à 12H30 et de 15h00-18h30 - test de niveau pour les enfants le mercredi 7/07 à 20h00
Renseignements auprès du MNS 06.30.92.72.00*