

**PLANNING COURS DE NATATION RUMILLY
ANNEE 2023-2024**

* **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 8h30 et 9h15 (sauf au mois d'août)
23 € la séance unitaire, abonnements possibles

* **Cours de natation Enfants**

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

Mercredi entre 15h et 18h et samedi entre 12h30 et 15h15 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.

210 € la session de 10 cours de 45 min

	Date début	Date fin	Places disponibles	Nb de cours
S1	Mercredi 06/09	Samedi 07/10	8	10 cours
S3	Mercredi 22/11	Samedi 23/12	8	10 cours
S5	Samedi 10/02	Samedi 09/03	8	9 cours
S6	Mercredi 13/03	Samedi 13/04	8	10 cours

- 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.

210 € la session de 10 cours de 45 min

	Date début	Date fin	Places disponibles	Nb de cours
S1	Mercredi 06/09	Samedi 07/10	12	10 cours
S2	Mercredi 11/10	Mercredi 15/11	12	9 cours
S3	Mercredi 22/11	Samedi 23/12	6	10 cours
S4	Mercredi 10/01	Samedi 07/02	12	9 cours
S5	Samedi 10/02	Samedi 09/03	12	9 cours
S6	Mercredi 13/03	Samedi 13/04	12	10 cours
S7	Mercredi 17/04	Samedi 25/05	12	10 cours
S8	Mercredi 29/05	Samedi 29/06	12	10 cours
S9	Mercredi 03/07	Mercredi 31/07	12	9 cours

- A partir de 6 ans (CP)

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

210 € 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	Nb de cours
S1	Mercredi 06/09	Samedi 07/10	Test le samedi 02/09 à 12h30	12 2 groupes	10 cours
S2	Mercredi 11/10	Mercredi 15/11	Test le samedi 07/10 à 16h30	24 4 groupes	9 cours
S3	Mercredi 22/11	Samedi 23/12	Test samedi 18/11 à 12h30	12 2 groupes	10 cours
S4	Mercredi 10/01	Mercredi 07/02	Test le samedi 06/01 à 12h30	24 4 groupes	9 cours
S5	Samedi 10/02	Samedi 09/03	Test le samedi 03/02 à 16h30	12 2 groupes	9 cours
S6	Mercredi 13/03	Samedi 13/04	Test le samedi 09/03 à 16h30	12 2 groupes	10 cours
S7	Mercredi 17/04	Samedi 25/05	Test le samedi 13/04 à 16h30	24 4 groupes	10 cours
S8	Mercredi 29/05	Samedi 29/06	Test le samedi 25/05 à 16h30	24 4 groupes	10 cours
S9	Mercredi 03/07	Mercredi 31/07	Test le samedi 29/06 à 16h30	24 4 groupes	9 cours

*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 9 septembre au 6 juillet sauf vacances scolaires.

Test d'aptitude au préalable le 2 septembre.

Entre 15h30 et 17h30 selon les groupes, durée du cours 1 heure.

459 € 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 22/11	Samedi 23/12	6

210 € la session de 10 cours de 45 min