

**PLANNING COURS DE NATATION RUMILLY
ANNEE 2024-2025**

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

Séance de 45 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.

Les dimanches, à 8h30 et 9h15 (sauf au mois d'août)
24 € 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.

220 € la session de 10 cours de 45 min

	Date début	Date fin	Places disponibles	Nb de cours
S1	Mercredi 11/09	Samedi 12/10	8	10 cours
S3	Mercredi 20/11	Samedi 21/12	8	10 cours
S5	Mercredi 12/02	Mercredi 12/03	8	9 cours
S6	Samedi 15/03	Mercredi 16/04	8	10 cours
S7	Samedi 19/04	Mercredi 21/05	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.

220 € la session de 10 cours de 45 min

	Date début	Date fin	Places disponibles	Nb de cours
S1	Mercredi 11/09	Samedi 12/10	12	10 cours
S2	Mercredi 16/10	Samedi 16/11	12	9 cours (pas de cours le 9/11)
S3	Mercredi 20/11	Samedi 21/12	6	10 cours
S4	Mercredi 08/01	Samedi 08/02	12	10 cours
S5	Mercredi 12/02	Mercredi 12/03	12	9 cours
S6	Samedi 15/03	Mercredi 16/04	12	10 cours
S7	Samedi 19/04	Mercredi 21/05	12	10 cours
S8	Samedi 24/05	Mercredi 25/06	12	10 cours
S9	Samedi 28/06	Mercredi 30/07	12	10 cours

- A partir de 6 ans (CP)

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

220 € 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 11/09	Samedi 12/10	Test le samedi 07/09 à 12h30	12 2 groupes	10 cours
S2	Mercredi 16/10	Samedi 16/11	Test le samedi 12/10 à 16h30	24 4 groupes	9 cours (pas de cours le 9/11)
S3	Mercredi 20/11	Samedi 21/12	Test samedi 16/11 à 16h30	12 2 groupes	10 cours
S4	Mercredi 08/01	Samedi 08/02	Test le samedi 04/01 à 12h30	12 2 groupes	10 cours
S5	Mercredi 12/02	Mercredi 12/03	Test le samedi 08/02 à 16h30	12 2 groupes	9 cours
S6	Samedi 15/03	Mercredi 16/04	Test le samedi 08/03 à 16h30	12 2 groupes	10 cours
S7	Samedi 19/04	Mercredi 21/05	Test le samedi 12/04 à 16h30	12 2 groupes	10 cours
S8	Samedi 24/05	Mercredi 25/06	Test le samedi 17/05 à 16h30	24 4 groupes	10 cours
S9	Samedi 28/06	Mercredi 30/07	Test le samedi 21/06 à 16h30	24 4 groupes	10 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 14 septembre au 5 juillet sauf vacances scolaires.

Test d'aptitude au préalable le 7 septembre.

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

469 € 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 20/11	Samedi 21/12	6
S4	Mercredi 08/01	Samedi 08/02	6

220 € la session de 10 cours de 45 min