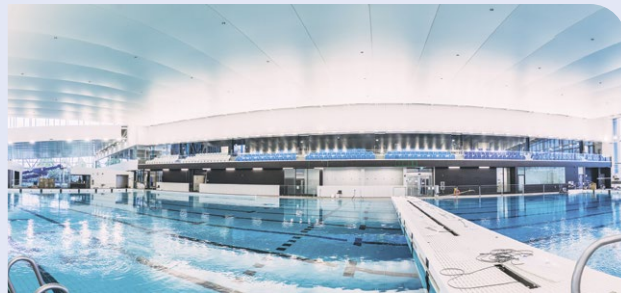


Programme de natation

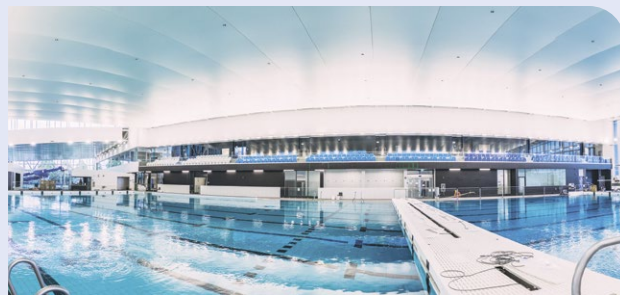
Nager pour la vie



Si le participant...	Et qu'il est âgé de...	Inscrire votre enfant à ce niveau
<ul style="list-style-type: none"> Veut développer son aisance dans l'eau tout en s'amusant accompagné d'un adulte 	4 à 12 mois	Parent et enfant 1
<ul style="list-style-type: none"> Veut développer son aisance dans l'eau tout en s'amusant accompagné d'un adulte 	12 à 24 mois	Parent et enfant 2
<ul style="list-style-type: none"> Veut développer son aisance dans l'eau tout en s'amusant accompagné d'un adulte 	2 à 3 ans	Parent et enfant 3
<ul style="list-style-type: none"> Veut développer son aisance dans l'eau tout en s'amusant accompagné d'un adulte Veut acquérir une certaine autonomie <p><i>À noter que l'adulte sera amené à sortir graduellement de l'eau durant la session</i></p>	3 à 5 ans	Préscolaire 1
<ul style="list-style-type: none"> Met son visage dans l'eau et expire sous l'eau Flotte sur le ventre et sur le dos avec de l'aide Glisse sur le ventre et sur le dos avec de l'aide – 3 m 	3 à 5 ans	Préscolaire 2
<ul style="list-style-type: none"> S'immerge et expire sous l'eau Glisse sur le ventre et sur le dos avec une aide flottante – 3 m Bat des jambes sur le dos avec une aide flottante – 5 m 	3 à 5 ans	Préscolaire 3
<ul style="list-style-type: none"> Récupère un objet sous l'eau (eau à la hauteur de la taille) Flotte sur le ventre et se retourne sur le dos Nage sur le ventre et sur le dos – 5 m 	3 à 5 ans	Préscolaire 4
<ul style="list-style-type: none"> Saute en eau profonde et revient au bord en nageant Bat des jambes sur le côté – 5 m Nage sur le ventre et sur le dos – 7 m 	3 à 5 ans	Préscolaire 5
<ul style="list-style-type: none"> Ne possède aucune habileté aquatique 	5 à 10 ans	Nageur 1
<ul style="list-style-type: none"> S'immerge et expire sous l'eau Flotte sur le ventre et sur le dos – 5 secondes Bat des jambes sur le ventre – 5 m 	5 à 10 ans	Nageur 2
<ul style="list-style-type: none"> Nage le crawl – 10 m Nage sur le dos – 10 m 	6 à 12 ans	Nageur 3
<ul style="list-style-type: none"> Nage le crawl – 15 m Nage sur le dos – 15 m 	6 à 12 ans	Nageur 4
<ul style="list-style-type: none"> Nage le crawl et le dos crawlé – 25 m 	6 à 14 ans	Nageur 5
<ul style="list-style-type: none"> Nage le crawl et le dos crawlé – 50 m Nage la brasse – 25 m 	6 à 14 ans	Nageur 6

Programme de natation

Nager pour la vie



Si le participant...	Et qu'il est âgé de...	Inscrire votre enfant à ce niveau
<ul style="list-style-type: none"> Nage le crawl et le dos crawlé – 100 m Nage la brasse – 50 m 	8 à 15 ans	Nageur 7 / Jeune Sauveteur Initié (7)
<ul style="list-style-type: none"> A préférablement terminé avec succès le niveau Nageur 7 Jeune Sauveteur Initié 	8 à 15 ans	Nageur 8 / Jeune Sauveteur Averti (8)
<ul style="list-style-type: none"> A préférablement terminé avec succès le niveau Nageur 8 Jeune Sauveteur Averti 	8 à 15 ans	Nageur 9 / Jeune Sauveteur Expert (9)
<ul style="list-style-type: none"> A préférablement terminé avec succès le niveau Nageur 9 Jeune Sauveteur Expert 	8 à 15 ans	Nageur 10 / Étoile de bronze (10)
<ul style="list-style-type: none"> A réussi le niveau Étoile de bronze OU est âgé de 13 ans au premier cours et démontre les habiletés et connaissances de l'Étoile de bronze 	13 ans et plus	Médaille de bronze
<ul style="list-style-type: none"> A réussi le niveau Médaille de bronze 	13 ans et plus	Croix de bronze
<ul style="list-style-type: none"> A réussi le niveau Croix de bronze 	13 ans et plus	Premiers soins - Général
<ul style="list-style-type: none"> A réussi le niveau Croix de bronze ET le cours de Premiers soins – Général ET est âgé de 15 ans avant le dernier cours 	15 ans et plus	Sauveteur national
<ul style="list-style-type: none"> A réussi le niveau Croix de bronze ET est âgé de 15 ans avant le dernier cours 	15 ans et plus	Moniteur en natation
<ul style="list-style-type: none"> A réussi le niveau Croix de bronze ET est âgé de 15 ans avant le dernier cours 	15 ans et plus	Moniteur en sauvetage
<ul style="list-style-type: none"> Souhaite développer ses habiletés aquatiques 	11 à 17 ans	Ado 1
<ul style="list-style-type: none"> Nage le crawl – 15 m Nage sur le dos – 15 m 	11 à 17 ans	Ado 2
<ul style="list-style-type: none"> Nage le crawl et le dos crawlé – 50 m Nage à la brasse (jambes seulement) – 15 m 	11 à 17 ans	Ado 3
<ul style="list-style-type: none"> Souhaite vaincre sa peur de l'eau 	18 ans et plus	Peur de l'eau
<ul style="list-style-type: none"> Est à l'aise dans l'eau Immerge la tête sous l'eau 	18 ans et plus	Adulte 1
<ul style="list-style-type: none"> Nage le crawl – 15 m Nage sur le dos – 15 m 	18 ans et plus	Adulte 2
<ul style="list-style-type: none"> Nage le crawl et le dos crawlé – 50 m 	18 ans et plus	Adulte 3