

## STAGES NATATION VACANCES HIVER

**Qui ?** Pour les enfants âgés de 5 ans révolus jusqu'à 12 ans.



**Quand ?** Du 26 Février au 1<sup>er</sup> mars et du 4 au 8 Mars 2024 (soit 5 séances/semaine)

**Où ?** A la piscine de la Cholière, avenue Antoine Peccot – Orvault.

**Contact ?** Après de la Direction Education Enfance Jeunesse - 02 51 78 33 00 ou [espacefamille@mairie-orvault.fr](mailto:espacefamille@mairie-orvault.fr)

### 3 niveaux de stage :

- **Niveaux 1 : 9h45 à 10h25 (8 places)**

Avoir 5 ans et plus, accepter d'écouter les consignes.

**Objectif :** réaliser une étoile de mer sur le ventre, ramasser un anneau avec ses mains à 60cm de profondeur en s'immergeant complètement, effectuer un saut puis une remontrée passive à 1m20 et revenir au bord en autonomie, et se déplacer sur 5m.

- **Niveau 2 : 9h00 à 9h40 et de 9h45 à 10h25 (10 places)**

Réaliser une étoile de mer ventrale, sauter du bord du bassin à 1.20m, et se déplacer sur 5m.

**Objectif :** Sauter en grande profondeur avec remontée passive, enchaîner une étoile de mer ventrale et dorsale sans reprise d'appui, réaliser une glissée ventrale et dorsale, réaliser une chute avant et arrière, et se déplacer sur 15m alternant ventral/dorsal.

- **Niveau 3 : 9h00 à 9h40 (12 places)**

Saut dans le Grand bassin, enchaîner une étoile ventrale et dorsale, déplacement ventrale et dorsale sur 15 m.

**Objectif :** Nager 25m en dos crawlé, se déplacer 15m sur le ventre avec une respiration aquatique, plonger du bord du bassin debout ou avec un genou au sol, ramasser un objet à 1m50 de profondeur sans lunettes.

### ✓ Quel niveau choisir ?

Dans l'intérêt de votre enfant, il importe que le stage retenu corresponde bien à ses besoins d'apprentissage. **Pour toute 1<sup>ère</sup> inscription à un stage natation, votre enfant doit effectuer un test de niveau** (document disponible sur [orvault.fr](http://orvault.fr) – rubrique Enfance Jeunesse / ALSH vacances),

**Le document remis à l'issue de ce test doit être transmis AVEC l'inscription (sinon l'inscription sera refusée).**

Stage après stage, votre enfant progressera et un document vous sera remis à la fin de chaque stage: vous devrez alors transmettre ce document attestant de son nouveau niveau pour vos inscriptions futures ([espacefamille@mairie-orvault.fr](mailto:espacefamille@mairie-orvault.fr)).

### **Créneaux gratuits dédiés au passage de ce test de niveau (piscine municipale de la Cholière) :**

- le samedi entre 16h30 et 18h30.
  - le dimanche entre 9h et 12h.
- ✓ UNIQUEMENT sur réservation préalable de votre créneau auprès de la piscine, par téléphone au **02 40 63 30 40** (accueil téléphonique de 12h à 19h, du lundi au samedi).

### ✓ Comment se déroule le stage ?

Vous devez accompagner votre enfant jusqu'au vestiaire et vous assurer de sa prise en charge par les maîtres-nageurs (ouverture 15 mn avant le début du cours). Afin que votre enfant ne prenne pas froid, demandez-lui de prendre sa douche au dernier moment.

Equipement à prévoir : maillot, bonnet de bain, serviette et nécessaire pour la douche. Pour éviter tout risque de vol, il est préférable de mettre les affaires de votre enfant dans un casier (1 €). Si vous laissez ses affaires en dehors d'un casier, la Ville décline toute responsabilité en cas de perte.

A la fin de la séance, les parents qui le souhaitent pourront prendre un temps d'échange court avec les maîtres-nageurs pour échanger sur les apprentissages de leur enfant (veillez à être à l'heure !).

En cas d'absence, prévenez le Service Enfance jeunesse (02 51 78 33 00)