

2023/2024

# NATATION ENFANT



Centre Morbihan  
Communauté

## Cours à l'année

*Pendant la période scolaire, sauf pendant les vacances*

- Selon le niveau et l'âge de l'enfant :  
Cours adapté - Jardin Aquatique - niveau 1 - niveau 2 - niveau 3 - niveau 4 et 4 Nages,
- Abonnement à l'année 214.80 € (*possibilité de payer en 3 fois*),
- Si plusieurs abonnements pour la même famille, des réductions sont appliquées (*se renseigner à l'accueil*).

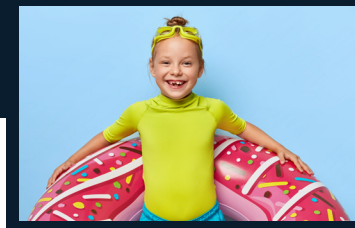
## Stage de natation

*Pendant les vacances scolaires, hors vacances de Noël. 1 cours par jour, du lundi au vendredi.*

- 5 séances (soit 1 semaine) : 46.20 €
- 10 séances (soit 2 semaines) : 86 €



# DÉTAIL DES COURS



## JARDIN AQUATIQUE

Dédié aux enfants de 4 à 5ans. L'objectif de ce cours est de se familiariser avec le milieu aquatique dès le plus jeune âge, de manière ludique. **Cours de 30 minutes**

## COURS ADAPTE

Ce cours permet aux enfants ayant besoin d'un accompagnement spécifique, de se familiariser avec le milieu aquatique, en toute sécurité. Limité à 3 enfants maximum, cela permet au Maître-Nageur de proposer des exercices spécifiques à chacun, afin que l'enfant puisse évoluer à son rythme. **Cours de 30 minutes**

## NIVEAU 1 - FAMILIARISATION

C'est le moment de passer à la découverte des bases de l'activité, s'immerger, flotter, s'allonger sur le ventre et sur le dos, descendre au fond de la piscine et ce tout en s'amusant (à partir de 5 ans). 45 min.

## NIVEAU 2 - INITIATION

C'est le cours où l'on apprend à se déplacer dans l'eau, sur le ventre et sur le dos (début de l'apprentissage du crawl et du dos crawlé). 45 min.

## NIVEAU 3

Dans ce cours, les nages du crawl et du dos crawlé sont approfondies, et on débute l'apprentissage de la brasse. 45 min.

## NIVEAU 4

On apprend à devenir plus performant dans les 3 nages déjà apprises ; on est capable de nager plus longtemps ; on va vers une maîtrise parfaite de la respiration. 45 min.

## 4 NAGES

Dans ce cours, on devient un nageur complet (perfectionnement dos/brasse/crawl) et apprentissage du papillon. 45 min.

📍 Aqua'lud - Rue de la Bouillierie - 56500 Locminé

☎ 02 97 69 21 60

✉ aqualud@cmc.bzh

🌐 [www.centremorbihancommunaute.bzh](http://www.centremorbihancommunaute.bzh)

Centre  
**MORBIHAN**  
C o m m u n a u t é