

HORAIRE DES COURS DE NATATION: L'ETE 2011

Programmes	dimanche	lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi	samedi
Cours de natation pré-maternelle -40 minutes							
(0 – 3 ans) (Avec un parent) Éclabousseurs - Méduses	12:00p – 12:40p 12:45p - 1:25p 2:15p – 2:55p	5:00p – 5:40p 6:30 – 7:10p	10:00a – 10:40a	12:00-12:40pm 5:00p – 5:40p 6:30 – 7:10p			10:00a – 10:40a 10:45a – 11:25a 1:00p – 1:40p
(3 – 5 ans) (Avec un parent) Flotteurs – Plongeurs	12:45 – 1:25p 2:15p – 2:55p 3:00p – 3:40p	5:45p – 6:25p		5:45p – 6:25p	10:00a – 10:40a	1:30p – 2:10p	11:30p – 12:10p 2:30p – 3:10p 3:15p – 3:55p
(5 ans – seulement) (Sans un parent) Surfeurs - Baigneurs	1:30p – 2:10p	5:00p 5:40p		5:00p – 5:40p			12:15p 12:55p 1:45 – 2:25p 3:15 -3:55p
Cours de natation pour les enfants - 40 minutes							
(6-12 ans) Phoques Loutres Dauphins	12:00p – 12:40p 12:45p – 1:25p 1:30p – 2:10p 2:15p – 2:55p	5:00p – 5:40p 5:45p – 6:25p 6:30p – 7:10p		5:00p – 5:40p 5:45p – 6:25p 6:30p – 7:10p			10:00a – 10:40a 10:45a – 11:25a 11:30a – 12:10p 1:00p – 1:40p 1:45p – 2:25p 2:30p – 3:10p
(6-12 ans) Nageur Étoile 1 Étoile 1 Étoile 3	12:00 – 12:40p 1:30 – 2:10p 3:00 – 3:40p	5:45p – 6:25p 6:30p – 7:10p		5:45p – 6:25p 6:30p – 7:10p			10:00a – 10:40a 10:45a – 11:25a 11:30a – 12:10p 1:00p – 1:40p 2:30p – 3:10p 3:15p – 3:55p
(6-12 ans) Étoile 4 Étoile 5 Étoile 6 Maître nageur	12:45p – 1:25p 2:15 – 2:55p	5:00 – 5:40p		5:00 – 5:40p			12:15p – 12:55p 3:15p – 3:55p
Politiques de cours de natation							
1. Les parents N'ONT PAS BESOIN de prévenir le moniteur si l'enfant doit manquer un cours.							
2. Si l'enfant manque 3 cours consécutifs, quelle que soit la raison, il sera retiré du cours							
3. Si la carte de membre est suspendue, l'enfant ne peut pas assister au cours.							
4. Il n'y a pas de cours de natation pendant les jours fériés, les vacances de Noel et le congé mars. Pour plus de renseignement appelez 857-0606.							
5. Les évaluations ont lieu à peu près toutes les 6 semaines.							
6. Le nom de l'enfant peut être placé à un maximum de 2 listes d'attente dans leur niveau.							
7. Le bonnet de bain est OBLIGATOIRE pour les parents et les enfants							
8. Les tout-petits ont besoin d'une couche jetable prescrite pour les cours de natation.							

Déscriptions:

<p>(0 – 3 ans: Avec un parent)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Éclabousseurs (0-18 mois) : Éclabousser avec ses mains ou ses pieds (avec un adulte) - Tourbillons (19 mois – 3 ans) : Flotter sur le ventre et sur le dos - Méduses: Respirer par l'avant avec de l'aide <p>(3-5 ans : Avec un parent)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Flotteurs: Flotter sur le ventre et sur le dos - Glisseurs: Glisser sur le ventre, le côté et le dos - Plongeurs: Sauter dans l'eau profonde <p>(5 ans seulement : Sans un parent)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Surfeurs: Nager sur le ventre et sur le dos - Baigneurs: Se maintenir à la surface pendant 45 secondes 	<p>(6 – 12 ans)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Loutres: Flotter sur le ventre et sur le dos, nager 5m - Phoques: Habiletés en eau profonde, nager 10m - Dauphins: Nager debout, nager sur le ventre, et sur le dos sur 25 m - Nageur : Nager 50 m, crawl avant sur 25 m - Étoile 1: Nager debout 90 sec, natation d'endurance de 75m - Étoile 2: Plongée profonde; nager sur le dos sur 25m - Étoile 3: Nager à la godille pieds premiers, brasse sur 25m <p>(6-12 ans)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Étoile 4: Natation d'endurance sur 500 m, crawl - Étoile 5: Coup de pied rotatif alternatif de 2 min, nager sur le côté sur 25 m - Étoile 6 : Water-polo, nage papillon sur 25 m - Maître nageur – 3 séances d'entraînement de 600 mètres, 6 heures à titre d'instructeur adjoint de natation bénévole
--	--