

# ACTIVITÉS TRIMESTRIELLES

## DÉCOUVERTE

### BÉBÉ NAGEUR <sup>(1)</sup>

Premières immersions et découverte du milieu aquatique par l'exploration et le jeu

- 6 > 18 mois - 09H00 > 09H30 (BBN 1)
- 18 > 36 mois - 09H30 > 10H00 (BBN2)

### ÉVEIL AQUATIQUE <sup>(1)</sup>

Développement de l'autonomie et familiarisation au milieu aquatique avec une approche ludique

- 3 > 4 ans - 10H05 > 10H35 (Éveil 1)
- 4 > 5 ans - 10H40 > 11H10 (Éveil 2)
- 4 > 5 ans - 11H15 > 11H45 (Éveil 3 - sans parent - tests préalables)

## AISANCE

### ÉCOLE DE NATATION 5 ANS > 10 ANS <sup>(1)</sup>

Savoir se sauver et développer l'aisance aquatique (tests préalables)

- Niveau 1 : "CRABE"
- Niveau 2 : "GRENOUILLE"
- Niveau 3 : "TORTUE"

## PERFECTIONNEMENT

### ÉCOLE DE NATATION 5 ANS > 10 ANS <sup>(2)</sup>

Amélioration des acquis et apprentissage des différentes nages (tests préalables)

- Niveau 4 : "DAUPHIN"
- Niveau 5 : "REQUIN"

## ADULTES

- Niveau débutant
- Niveau avancé

<sup>(1)</sup> 10 séances 1x/semaine (hors vacances) 90€

<sup>(2)</sup> 20 séances 2x/semaine (hors vacances) 150€

# INSCRIPTIONS

Tests préalables

**1<sup>er</sup> trimestre 15/09 > 06/12**

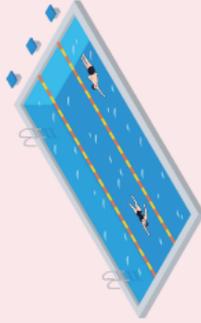
Tests : 08/09 > 13/09

**2<sup>ème</sup> trimestre 05/01 > 28/03**

Tests : 08/12 > 19/12

**3<sup>ème</sup> trimestre 20/04 > 27/06**

Tests : 30/03 > 04/04



Par téléphone au **0479614880**  
ou sur l'application



HeitzFit\*  
Code centre : **4935**

\*compte à créer à l'accueil



# PLANNING ÉCOLES DE NATATION

Saison 2025/2026

|               | LUN      | MAR      | MER          | JEU      | VEN      | SAM          |
|---------------|----------|----------|--------------|----------|----------|--------------|
| 09h45 > 10h30 |          |          | Niveau 1     |          |          |              |
| 10h00 > 11h00 |          |          |              |          |          | Adulte conf. |
| 15h00 > 15h45 |          |          | Niveau 2     |          |          |              |
| 16h00 > 16h45 |          |          | Niveau 3     |          |          |              |
| 17h15 > 18h00 | Niveau 4 | Niveau 5 |              | Niveau 4 | Niveau 5 |              |
| 18h00 > 18h45 |          |          | Adulte déb.  |          |          |              |
| 19h00 > 20h00 |          |          | Adulte conf. |          |          |              |