

L'activité s'adresse aux adultes qui souhaitent lever leurs appréhensions du milieu aquatique et aborder les premiers apprentissages de la natation dans le but d'être autonome. Structurée en 4 groupes de niveau, l'école de natation adulte permet de se perfectionner et de nager sur des distances de plus en plus longues.

1^{er} niveau « débutant-aquaphobe » : un groupe de niveau adapté pour les adultes souhaitant lever les appréhensions importantes en vue d'aborder l'apprentissage dans de bonnes conditions

2^{ème} niveau « débutant » : un groupe pour les adultes ne sachant pas nager qui ne présentent pas d'appréhension, dont l'objectif est d'acquérir les premiers déplacements avec une nage codifiée sur une distance de 25 mètres ventral et 25 mètres dorsal

3^{ème} niveau « Perfectionnement 1 » : Un groupe accessible aux personnes qui sont en capacité de réaliser un saut et un déplacement en grande profondeur sur 50m, les objectifs sont les déplacements au grand bassin sur 100 m dans 2 nages différentes en maîtrisant la respiration et en s'initiant au crawl

4^{ème} niveau « perfectionnement 2 » : un groupe pour les adultes se déplaçant sur 100m et qui souhaitent se perfectionner afin de parcourir des distances de plus en plus importantes en nage libre en développant les qualités d'endurance et de vitesse.

Conditions d'accès :

Une évaluation est effectuée par un éducateur afin d'attribuer un groupe de niveau à l'élève avant toute inscription.

L'inscription est réalisée à l'accueil le paiement

L'élève doit arriver à l'heure à sa séance et prévenir en cas d'absence.



Groupes/Jours	Jeudi	Vendredi	Samedi
Débutant-aquaphobe	12h à 13h		
Débutant 1		18h à 19h	
Perfectionnement 1			10h15 à 11h15
Perfectionnement 2	12h à 13h		9h15 à 10h15

Le tarif (1 séance par semaine en période scolaire)

Abonnement annuel : **250,00€**

Abonnement trimestriel : **98,40€**

