

<b>GROUPE</b>	<b>Public concerné</b>	<b>Objectif</b>
<b>Ecole de natation (*)</b>	Enfants sans appréhension de l'eau, capables d'aller dans l'eau sans paniquer si ils ont pied, et acceptant de	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Aller vers une autonomie dans l'eau,</li> <li>▶ Prendre conscience des risques liées à une baignade</li> <li>▶ Apprentissage d'une nage rudimentaire, savoir flotter</li> <li>▶ Préparer le test du sauv'nage de la FFN</li> </ul>
<b>Débutant (*)</b>	Enfants autonomes dans l'eau, sachant flotter sans avoir peur	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Apprentissage basique des nages</li> <li>▶ Réussir le test du Sauv'nage de la FFN</li> <li>▶ Découvrir des activités de la natation (water polo, nage synchronisée, plongeurs, nage avec palmes)</li> <li>▶ Préparer le test du passport de l'eau de la FFN</li> </ul>
<b>Perfectionnement (*)</b>	Enfants ayant le sauv'nage au minimum, sachant nager les 4 nages et initié aux différents sports de la	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Développement des techniques de nage: mouvements, respiration, virages, plongeurs</li> <li>▶ Passage du test passport de l'eau si le niveau le permet .</li> </ul>
<b>Pré-compétition</b>	Enfants maîtrisant les techniques de nages, si possible ayant réussi le passeport de l'eau. Désireux d'un	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Maîtrise des 4 nages de la natation sportive</li> <li>▶ Réussir l'examen du pass'compétition, permettant de participer officiellement aux compétitions.</li> </ul>
<b>Compétition</b>	Enfants disposant du passcompétition ou adultes	▶ Entraînement vers la performance, développement des capacités physiologiques, initiation au sauvetage.
<b>Adultes</b>	Adultes sachant nager au moins une nage et ne présentant pas de signe de panique dans l'eau. Sportifs désirant suivre	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Suivre un entraînement adapté permettant d'améliorer sa technique de nage, son endurance ou sa vitesse</li> <li>▶ Suivre une activité sportive régulière permettant d'améliorer sa condition physique</li> </ul>
<b>Triathètes</b>	Sportifs adhérents du club	▶ Améliorer sa performance natation au triathlon

*(\*) C'est l'entraîneur qui définit l'appartenance aux groupes Perfectionnement, Débutant, Ecole en fonction du niveau.*