

DESCRIPTION DES NIVEAUX EN NATATION SPORTIVE

SAUV'NAGE :

Les enfants qui intègrent le groupe sauv'nage vont apprendre tout au long de l'année les différents codes de la natation sportive. Suite à une saison dans ce groupe, le club leur propose le groupe avenir en compétition ou en loisirs. Ils apprennent tout ceci sous forme de moments ludiques, mais aussi en faisant des longueurs évidemment.

On vous attend nombreux ;) !

Âges pour la saison 2026-2027 : Nés en 2016 et après (sachant qu'en fonction des tests réalisés avec la coach, le nageur peut se voir proposer directement le groupe avenir compétition).

AVENIRS :

- Loisirs : entraînement 1 fois 1 heure en même temps que les nageurs compétitions afin qu'ils puissent encore apprendre les codes de la natation sportive et ainsi avoir encore le choix entre loisir et compétition pour les saisons futures (sachant que si un enfant le souhaite, nous pouvons changer en cours d'année)
- Compétitions : entraînements 3 fois 1 heure avec des compétitions prévues plusieurs fois dans l'année (en général seulement une demi-journée le dimanche mais il peut aussi y avoir des compétitions sur le dimanche jour entier, sachant que la coach vous laisse le choix grâce à un sondage). Il y aura une réunion de rentrée pour tout expliquer et donner le calendrier des compétitions). Le but de ce groupe est d'approfondir les connaissances des codes en natation sportive et de progresser en tous points dans la bonne humeur et la cohésion.
- Votre enfant sera également convié à des stages durant les vacances scolaires avec des horaires différents qui vous seront communiqués en temps et en heures.

MASTERS :

Le groupe Master correspond aux adultes qui souhaitent nager en compétition. Vous pouvez voir avec la coach sur quels créneaux vous souhaitez venir nager car vous aurez accès au groupe tremplin et au groupe compétition en fonction de vos disponibilités et de l'accord de la coach.

GROUPE TREMLIN :

- Âge : à partir des catégories U12 et au-dessus (les nageurs qui ont 12 ans et plus, anciennes catégories benjamins et plus), exception pour d'éventuels U11 qui seraient très motivés.

DESCRIPTION DES NIVEAUX EN NATATION

SPORTIVE

- Ce groupe correspond à ceux qui veulent faire des compétitions seulement de temps en temps durant l'année ou qui viennent peu aux entraînements ou encore pour ceux qui veulent débiter la compétition.
- Les entraînements seront donc bien mieux adaptés aux besoins des enfants car ils auront globalement le même niveau malgré les différences d'âges.
- Votre enfant sera également convié à des stages durant les vacances scolaires avec des horaires différents qui vous seront communiqués en temps et en heures.
- A voir avec la coach mais en fonction des horaires et des disponibilités de chacun, il peut y avoir des changements de groupe.

GROUPE COMPETITION :

- Age : à partir des catégories U12 et au-dessus (les nageurs qui ont 12 ans et plus, anciennes catégories benjamins et plus), exception pour d'éventuels U11 qui seraient très motivés.
- Ce groupe va permettre de s'entraîner un maximum de fois avec 2 séances de PPG dans la semaine, les nageurs pourront pleinement s'épanouir et progresser de façon à participer aux compétitions durant toute l'année.
- Pas de panique cela peut paraître beaucoup mais ce sera adapté à chaque fois et les nageurs auront globalement le même niveau, du moins, le même niveau d'implication et de capacités physiques ce qui permet de tenir les entraînements.
- Votre enfant sera également convié à des stages durant les vacances scolaires avec des horaires différents qui vous seront communiqués en temps et en heures.