

PUBLIC ET OBJECTIFS

Le groupe AVENIRS 1 s'adresse aux enfants à partir de 4 ans, sans expérience de la natation.

L'objectif est de savoir évoluer dans l'eau, pour obtenir par le diplôme du « Savoir Nager ».

PRE-REQUIS

Ne pas avoir peur de l'eau : si l'enfant est sujet à ce type de réaction, nous conseillons quelques cours particuliers avant l'inscription au club.

METHODE ET ENSEIGNEMENT

L'apprentissage du dos s'effectue par une méthode d'apprentissage codifiée.

La récupération physique s'effectue lors de la sortie du bassin par un retour actif en marchant.

Certains nageurs peuvent expérimenter la méthode d'apprentissage par le papillon.

Cette méthode est usitée dans les clubs des pays de l'Est et par l'école de natation de Philippe Lucas.

Les cours ont lieu sur les vacances de Toussaint, février et Pâques, du lundi au vendredi de 9h15 à 9h45.

Pour les 3 semaines au choix, nous relancerons les familles pour avoir une confirmation 15 jours avant chaque période de vacances.

FINALITE ET SUIVI

Savoir évoluer dans l'eau sur une distance de 15m sans avoir pied. Certains nageurs arrivent à acquérir la nage codifiée du dos et du crawl et le début des mouvements de jambes de la brasse.

Les entraîneurs seront identiques tout au long de la saison afin que les enfants puissent mieux les identifier et avoir des référents.

SECURITE

La sécurité des enfants est notre préoccupation majeure. Les entraîneurs sont très vigilants lors de la sortie de l'eau des nageurs. Les enfants sont regroupés après leur sortie du bassin. Ils seront accompagnés jusqu'au vestiaire.

RECOMPENSES

Les nageurs du groupe AVENIRS 1 sont encadrés par des éducateurs sportifs diplômés, dont :



GROUPE

AVENIRS 1



- Perrine DUCOS, Trophée Alban Minville du meilleur entraîneur de Midi-Pyrénées en 2013

SEMAINES POUR LA SAISON 2025-2026

- du 20/10/2025 au 24/10/2025
- du 27/10/2025 au 01/11/2025
- du 23/02/2026 au 27/02/2026
- du 02/03/2026 au 06/03/2026
- du 20/04/2026 au 24/04/2026
- du 27/04/2026 au 02/05/2026



Avenir Muretain Natation Association

Club labellisé FFN depuis 2016

Centre nautique Aqualudia - 80 avenue Bernard IV - 31600 MURET

☎ 06 78 87 17 99 - ✉ contact@avenirmuretnatation.fr - 🌐 <http://www.avenirmuretnatation.fr>

