

NATATION **ADULTE**

à partir de 16 ans



AQUOISIA vous offre la possibilité de suivre une séance de natation hebdomadaire, qui vous permettra de vous familiariser, d'apprendre et de vous perfectionner dans toutes les nages. La répartition des groupes se fait en 2 niveaux.

APPRENTISSAGE

Ce cours est réservé aux débutants et aux personnes pratiquant une nage.

PERFECTIONNEMENT

Ce cours s'adresse aux personnes souhaitant se perfectionner techniquement dans les 4 nages.

NATATION ENFANT

à partir de 6 ans



50'

AQUOISIA vous propose, de 6 ans à l'adolescence, une série de cours adaptée au niveau de l'enfant.

APPRENTISSAGE

Acquisition des principes communs aux déplacements ventraux et dorsaux, aux immersions. L'enfant doit être à l'aise dans l'eau. Il est prêt à apprendre les techniques de nages (brasse, dos crawlé).

PERFECTIONNEMENT

Votre enfant perfectionnera sa technique afin d'être capable d'enchaîner facilement les longueurs.

BÉBÉ NAGEUR

de 6 mois à 5 ans



Un moment de complicité à partager...

L'eau est un élément naturel pour un enfant. Offrez-lui, en votre compagnie, de découvrir ces sensations de bien-être aquatique grâce aux séances bébé nageur.

Le bassin balnéo aménagé, chauffé à 32°C, tous les éléments sont réunis pour que votre enfant se familiarise avec le milieu aquatique. Chacune des séances bébé nageur est assurée par un professionnel de l'eau. C'est l'occasion d'acquérir en famille une bonne coordination psychomotrice.

C'est aussi un moment de rencontre avec d'autres enfants et de socialisation avant le début de la scolarité.

Alors rejoignez-nous tous samedi de 10h à 12h30 ! (hors période grandes vacances)

NB : Présentation du carnet de santé avec les vaccins à jour. Port du maillot de bain ou couche bébé nageur obligatoire. Prévoir une collation après la séance.