

Piscine Isabelle JOUFFROY

310, avenue Elie Vignal
69300 Caluire et Cuire
Tél. 04 37 26 00 20

Cours Enfants

(débutants et perfectionnements)

A partir du lundi 18 septembre 2017

Objectifs de activité :

- Familiarisation avec le milieu aquatique.
- Apprentissage et perfectionnement des nages codifiées.
- Apprentissage et perfectionnement du plongeon

Cours enfants débutants :

Type de public :

1 groupe débutant 6/7 ans : Enfants nés en 2010 et après.

A noter : Les cours débutants s'adressent aux enfants possédant déjà une bonne aisance aquatique mais ayant des difficultés dans les déplacements.

But des séances : Maîtrise la flottaison ventrale et dorsale. Initiation des 3 nages (crawl, dos et brasse). Initiation au plongeon. Travail sur les immersions en grande profondeur.

Cours enfants perfectionnement

Type de public : Enfants nés en 2009 et 2010.

A noter : Les cours perfectionnement s'adressent aux enfants qui nagent 1 longueur sur le dos et qui possèdent de bonnes bases dans les nages ventrales.

But des séances : Travail sur l'alignement dans la nage. Perfectionnement des nages Dos Brasse Crawl. Apprentissage de la nage Papillon. Maîtrise du plongeon.

Conseils pratiques :

Prendre un bonnet de bain, de préférence en silicone, ainsi que des lunettes de natation adaptées.

Horaires :

| | Débutants | Perfectionnement |
|-----------------|-------------------------------------------------|--------------------------------|
| Lundi | | 17h30 à 18h15 |
| Mercredi | 11h00 à 11h45 16h15 à 17h00 17h15 à 18h00 | 11h00 à 11h45 17h15 à 18h00 |
| Jedi | 17h30 à 18h15 | 17h30 à 18h15 |
| Vendredi | 17h15 à 18h00 | |

Tarifs (a l'année) :

| Non résident | Résident |
|--------------|----------|
| 202,00 € | 160,00 € |