

Ville de
PESSAC

École municipale de natation / piscine Caneton

INSCRIPTIONS

Piscine Caneton

Samedi 2 Septembre 2023

dans le hall de l'Hôtel de Ville de 9h à 12h



4-5 ANS : DÉCOUVERTE DU MILIEU AQUATIQUE (40').

Un premier contact ludique avec un environnement aménagé (toboggan, tapis, cerceaux...) afin de valider le test « aisance aquatique ».

Mercredi à 10h45 ou à 11h30



INITIATION : APPRENTISSAGE DE LA NATATION (45').

Acquérir l'aisance nécessaire pour se déplacer dans l'eau sans danger et évoluer dans le grand bain sans appréhension.

Maîtriser les 3 nages (dos, crawl, brasse) afin de valider le test du « sauv'nage » et préparer son intégration au groupe des 8-12 ans.

Lundi ou mardi à 17h15/ Mercredi 9h15 ou à 10h00



8-12 ANS : PERFECTIONNEMENT DE LA TECHNIQUE DE NAGE (1H).

Maîtriser les 4 nages afin d'atteindre le niveau permettant de passer le diplôme du « Petit sauveteur » et préparer les épreuves du Pass'Sport de l'eau.

Jeudi ou vendredi à 17h



ADOS : PERFECTIONNEMENT DE LA TECHNIQUE DE NAGE (1H).

Affiner sa maîtrise des 4 nages, s'initier à d'autres disciplines : water-polo, sauvetage, hockey subaquatique et préparer des épreuves ou examens (baccalauréat, BNSSA...)

Samedi à 11h15

www.pessac.fr  



ADULTES : PERFECTIONNEMENT DE LA TECHNIQUE DE NAGE (1H).

Corriger son geste et développer sa condition physique.

Mercredi à 12h15 ou samedi à 8h30

SENIORS : APPRENTISSAGE ET PERFECTIONNEMENT DE LA NAGE (1H).

Pratique conviviale d'entretien et de détente.

Vendredi à 11h

AQUAGYM : GYMNASTIQUE AQUATIQUE (45').

Séance d'exercices cardio-vasculaires et de renforcement musculaire, en musique.

Mardi à 12h15

Jeudi à 12h00



MODALITES D'INSCRIPTION :

Les inscriptions aux différentes activités nautiques sont réalisées dans la limite des places disponibles dès la réception du dossier complet.

L'année 2023/2024 comprendra 3 trimestres d'activités, selon un calendrier déterminé par l'établissement de septembre 2023 à juin 2024.

Les deux périodes du « tarif intermédiaire », se déroulent de septembre 2023 à fin janvier 2024, puis de février 2024 à fin juin 2024.

Activités encadrées par les maîtres-nageurs municipaux diplômés d'état.

RENSEIGNEMENTS

PISCINE CANETON

05 56 36 04 02

sport.piscines@mairie-pessac.fr



TARIFS 2023/2024

ÉCOLE DE NATATION

à partir du 1^{er} septembre 2023

	PESSACAIS	HORS PESSACAIS
Tarif annuel	135,00 €	208,50 €
Tarif intermédiaire	74,25 €	114,50 €
Tarif - 1 séance	3,86 €	6,00 €

AQUAGYM

à partir du 1^{er} septembre 2023

	PESSACAIS	HORS PESSACAIS
Tarif annuel	165,00 €	220,00 €
Tarif intermédiaire	60,50 €	80,00 €
Tarif - 1 séance	4,71 €	6,30 €