

Groupe 0 6 - 7 ans (année de naissance 2019 et 2020)	G0A	Débutant	mar. 17h30	55 min	Niveau G0 Débutant - test d'entrée : - appréhension milieu aquatique : - Descendre seul(e) à l'échelle, prendre sa frite et la mettre sous les bras - faire 12.5m sur le ventre (et éventuellement 12.5m sur le dos) - Accroché(e) au bord, Immersion visage 3" => Obj. du groupe : Tests «hippocampe et grenouille» (pass'découverte aquatique)
	G0B	Intermédiaire	mar. 17h30	55 min	Niveau G0 Intermédiaire - test d'entrée : -faire 25 m avec 10 à 15 m sur le ventre et 10 à 15 m sur les dos. -Accroché(e) au bord, immersion totale de la tête + expiration 5". => Obj. du groupe : Tests «Dauphin» (pass'découverte aquatique) et Sauv'nage.
Groupe 1 8 à 9 ans	G1A	Faux débutant	jeudi 17h30	55 min	Niveau G1 Faux débutant - Test d'entrée : Titulaire niveau «grenouille» ou test 25m (12.5m ventral/12.5m dorsal) => Objectif du groupe: 50m 2 nages (25m ventral, 25m dorsal)
	G1B	Intermédiaire	jeudi 17h30	55 min	Niveau G1 Inter - Test d'entrée : 50m 2 nages (25m ventral, 25m dorsal) Objectifs du groupe : Test 200m 3 nages (50cr, 50dos, 50cr, 50br)
	G1C	confirmé	jeudi 17h30	55 min	Niveau G1 confirmé - Test d'entrée : 200m 3 nages (50cr, 50dos, 50cr, 50br) objectif : 400m cr et 100m 4 nages
Groupe 2 10 à 13 ans	G2A	Faux débutant	mar. 18h30	55 min	Niveau G2 Faux débutant - Test d'entrée : 25 m nage ventrale (crawl ou brasse) et 25 m sur le dos + recherche d'objet à 1m80 de profondeur + roulade avant dans l'eau. => Objectifs : 200m 3 nages
	G2B	Faux débutant	jeu. 18h30	55 min	
	G2C	Intermédiaire	mar. 18h30	55 min	Niveau Intermédiaire – Test d'entrée : 200m 3 nages (50cr/50dos/50cr/50brasse)
	G2D	Intermédiaire	jeu. 18h30	55 min	=> Objectifs : 400m cr et 100m 4 nages
	G2E	Confirmé	mar. 18h30	55 min	Niveau confirmé - Test d'entrée : 400m cr et 100m 4 nages
	G2F	Confirmé	jeu. 18h30	55 min	=> Objectifs : 800m cr et 200m 4 nages
Groupe 3 14 à 17 ans	G3A	Faux débutant	mar. 19h30	1h	Niveau faux débutant - Test d'entrée : 100m (50 ventral/50 dorsal) // => Objectifs : 400m cr et 100m 4 nages
	G3B	Faux débutant	jeu. 19h30	1h	
	G3C	Intermédiaire	mar. 19h30	1h	Niveau G3 Intermédiaire - Test d'entrée : 400m cr et 100m 4 nages
	G3D	Intermédiaire	jeudi 19h30	1h	=> Objectifs : 200m 4 nages et 800m cr chrono selon barème baccalauréat
	G3E	confirmé	mar. 19h30	1h	Niveau G3 - confirmé - Test d'entrée : 200m 4 nages + 800m cr (2000m/heure)
	G3F	confirmé	jeudi 19h30	1h	=> Objectifs : Prépa. Bac
Groupe Adultes +18ans	ADA	Faux débutant	mar. 20h30	1h	Niveau Faux débutant - Test d'entrée : 100m (50 ventral/50 dorsal)
	ADB	Faux débutant	jeudi 20h30	1h	
	ADC	Intermédiaire	mar. 20h30	1h	Niveau Intermédiaire - Test d'entrée : 200m 3 nages + 1500m/heure
	ADD	Intermédiaire	jeudi 20h30	1h	
	ADE	Confirmé	mar. 20h30	1h	Niveau confirmé - Test d'entrée : 200m 4n + 800m cr (2000m/heure)
	ADF	Confirmé	jeudi 20h30	1h	
Natation libre	ADH	Tous niveaux	Samedi 18h	1h30	La souscription de l'option ADH permet à un parent ou enfant inscrit à l'un des créneaux de natation de la semaine (mardi / jeudi), de venir nager librement sur le créneau réservé au Club le samedi
	ACC	Tous niveaux	Samedi 18h	1h30	La souscription de l'option ACC permet à un parent ou enfant non inscrit à l'un des créneaux de natation de la semaine (mardi / jeudi), d'accompagner, le samedi, un nageur du club ayant souscrit l'option ADH.