



Saison 2025 – 2026

Niveau minimum pour intégrer le groupe, Je sais :	Catégories	Age (Indicatif)	Tarifs	Début des activités
Faire 25 m sur le dos ou le ventre : - sans aide - sans toucher le fond ou le bord du bassin	Sauv' Nage <i>Ecole de Natation Française</i>	Dès 6 ans	182 € <i>Club 150 € + FFN 32 €</i>	Mercredi 10 Septembre
- Sauter dans l'eau - Flotter et nager 20 m sur le ventre et le dos - Maintenir la tête hors de l'eau en position verticale - Ramener un objet à 1,80 m de profondeur.	Pass' Sport <i>Ecole de Natation Française</i>	Dès 8 ans	182 € <i>Club 150 € + FFN 32 €</i>	Mercredi 10 Septembre
25 m Crawl + 25m Dos : - Plonger - Faire une coulée ventrale - Nager 25 m en crawl avec respiration latérale - Faire un virage Culbute - Coulée Dorsale - Nager 25 m en Dos Crawlé	Pass' Compétition <i>Ecole de Natation Française</i>	Dès 10 ans	195 € <i>Club 150 € + FFN 45 €</i>	Lundi 8 septembre
100 m 4 nages : - Départ plongé 25m papillon + Virage 25m Dow crawlé + virage 25m brasse + virage 25m crawl	Compétition <i>Avenir Jeunes et juniors</i>	Dés de 12 ans	210 € <i>Club 150 € + FFN 60 €</i>	Vendredi 5 septembre
- Maîtriser au minimum 1 à 2 nages - Savoir nager pendant 10 mn en continu - Accepter de : - nager par groupe de niveau avec 4 à 8 personnes par lignes - suivre le programme proposé	Adultes Loisir & Compétition	+ de 18 ans	195 € <i>Club 150 € + FFN 45 €</i>	Vendredi 5 septembre