






## Cours collectifs de natation Parent et enfant

| NIVEAU  | ÂGE  | ENTRÉES ET SORTIE  | HABILITÉS SUBAQUATIQUE ET NAGE   | SÉCURITÉ   |
|---|--|--|--|--|
| <p><b>PARENT ET ENFANT 1</b></p>    | <p>4 à 12 mois<br/>Accompagné<br/>d'un parent</p>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Entrer et sortir de l'eau avec l'enfant de façon sécuritaire</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Flotter sur le ventre, le visage hors de l'eau (avec aide)</li> <li>• Flotter sur le dos (avec aide)</li> <li>• Flotter vêtu d'un VFI (avec aide)</li> <li>• Éclabousser l'eau avec les jambes et battre des jambes, sur le ventre et sur le dos</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Votre enfant à portée de main</li> <li>• Portez un gilet de sauvetage</li> <li>• Nager pour survivre</li> </ul> |
| <p><b>PARENT ET ENFANT 2</b></p>  | <p>12 à 24 mois<br/>Accompagné<br/>d'un parent</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Entrer à l'eau à partir d'une position assise (avec de l'aide)</li> <li>• Sortir de l'eau de façon sécuritaire (avec de l'aide)</li> </ul>                              | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Faire des bulles à la surface de l'eau et sous l'eau</li> <li>• Flotter sur le ventre, le visage dans l'eau (avec aide)</li> <li>• Battre des jambes sur le ventre (avec aide)</li> <li>• Battre des jambes sur le dos (avec aide)</li> </ul>               | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Votre enfant à portée de main</li> <li>• Portez un gilet de sauvetage</li> <li>• Nager pour survivre</li> </ul> |
| <p><b>PARENT ET ENFANT 3</b></p>  | <p>2 à 3 ans<br/>Accompagné<br/>d'un parent</p>    | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sauter à l'eau (avec de l'aide)</li> <li>• Entrer à l'eau à partir d'une position assise et s'immerger (avec de l'aide)</li> <li>• Sortir de l'eau sans aide</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Retenir son souffle sous l'eau (avec aide)</li> <li>• Vêtu d'un VFI, sauter à l'eau et se laisser flotter (avec aide)</li> <li>• Battre des jambes sur le ventre (avec aide)</li> <li>• Battre des jambes sur le dos (avec aide)</li> </ul>                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Votre enfant à portée de main</li> <li>• Portez un gilet de sauvetage</li> <li>• Nager pour survivre</li> </ul> |