

# évaluation aquatique

## mini piscine

Entre 4 et 12 mois : Oursin

Entre 1 ans et 2 ans et ½ : Pingouin 1

Entre 2 ½ et 3 ans et...

a) il est prêt à aller dans l'eau sans

vous : Dauphin 1

b) il n'est pas prêt à aller dans l'eau sans

vous : Pingouin 2

Entre 3 et 6 ans et il...

a) n'a jamais fait de cours en autonomie : Dauphin 1

b) a déjà fait des cours en autonomie : Dauphin 2

c) tente de nager et met sa tête avec facilité dans l'eau : Requin

## grande piscine

5 ans

S'il est capable de faire de la nage sur place, nager 10 mètres sur le ventre et sur le dos : Épaulard

6 à 15 ans

Il ne sait pas nager : Niveau 1

Il peut nager 15 mètres sur le ventre et sur le dos : Niveau 2

Il peut nager 25 mètres de crawl et de dos crawlé : Niveau 3

Il nage 50 mètres en continu et maîtrise les jambes à la brasse : Niveau 4

Il nage 75 mètres en continu et maîtrise la brasse : Niveau 5

Il nage 100 mètres en continu et maîtrise les virages : Niveau 6

Il nage 150 mètres en continu et maîtrise le papillon : Niveau 7-8

10 à 17 ans

Peu importe son niveau, il peut s'inscrire dans le cours d'ados.

13 ans et plus

S'il est capable de nager 20 longueurs sans arrêt il peut s'inscrire en médaille de bronze.

