



École natation

Cours	Pré-requis	Jours	Lieu	Heure
Hippocampe	3-4 ans	Mardi	Aqua complexe	16h45
		Mercredi	Aqua complexe	16h45
		Dimanche	Aqua complexe	9h00
		Dimanche	Aqua complexe	10h00
Crabe	4-5 ans	Mardi	Aqua complexe	16h45
		Mercredi	Aqua complexe	16h45
		Dimanche	Aqua complexe	9h00
		Dimanche	Aqua complexe	10h00
Pieuvre	5-6 ans	Mardi	Aqua complexe	16h45
		Mercredi	Aqua complexe	16h45
		Dimanche	Aqua complexe	9h00
		Dimanche	Aqua complexe	10h00
Otarie	6-7 ans	Mardi	Aqua complexe	16h45
		Mercredi	Aqua complexe	16h45
		Dimanche	Aqua complexe	9h00
		Dimanche	Aqua complexe	10h00
Pingouin	7-8 ans	Mardi	Aqua complexe	16h45
		Mercredi	Aqua complexe	16h45
		Dimanche	Aqua complexe	9h00
		Dimanche	Aqua complexe	10h00

Date limite d'inscription :

Automne - 23 septembre 2024

Hiver - 13 janvier 2025

Printemps - 14 avril 2025

Durée : 60 min./cours. Session de 10 semaines

Prix : 135\$ + frais annuel d'affiliation de 16\$

 Ce n'est pas un cours parent/enfant. L'enfant est autonome dans l'eau avec ses moniteurs. Il n'y a pas de prérequis pour ce cours.

Natation jeunesse - Nixines Natation Artistique

Saison 2024-2025

Initiation

Pré-requis	Jours	Lieu	Heure
8 à 12 ans	Mercredi	Aqua complexe	16h30 à 18h30
	Dimanche	Aqua complexe	9h à 11h

Durée : 2h/semaine

Session de 10 semaines (automne-hiver-printemps)

Prix : 245\$ + frais annuel d'affiliation de 16\$



Description :

Le volet **Natation jeunesse** permet l'intégration de l'enfant de 3 à 12 ans dans l'univers aquatique, par le jeu et le plaisir de bouger dans l'eau.

Les cours de l'école natation permettent le développement à long terme de l'enfant. L'objectif des cours est que chaque participant puisse développer ses capacités athlétiques en tout genre. Le programme combine les apprentissages de la natation en priorité, suivi de la natation artistique, de la danse et de la gymnastique. Le programme permet l'intégration autant des filles que des garçons. En plus de présenter un contenu amusant, les moniteurs auront un carnet de suivi des habiletés par enfant.

Les cours Initiation permettent à l'enfant d'apprendre à s'entraîner par le jeu, par l'éthique de travail et par le développement du sentiment d'appartenance au club. Le programme met l'accent sur le développement de la natation artistique, de la gymnastique et de la danse.

Équipements nécessaire lors des cours :

- Maillot de bain une pièce de préférence
- Casque de bain
- Lunette

**Il est recommandé d'acheter un pince-nez en vente au club à 5\$/unité pour les groupes école natation recrue et les groupes initiations*



Il est recommandé de suivre notre page Facebook : <https://www.facebook.com/lesnixines>



Session d'automne : semaine du 23 septembre à la semaine du 25 novembre 2024

Session d'hiver : semaine du 13 janvier à la semaine du 24 mars 2025

**Pas de cours la semaine 3 mars (relâche scolaire)*

Session de printemps : semaine du 14 avril à la semaine du 3 juin 2025



Les journées Portes Ouvertes auront lieu les dimanches 22 septembre et 12 janvier de 10h30 à 12h00 la piscine de l'Alqua complexe.

Ces journées seront l'occasion d'inviter des amis et de rencontrer les moniteurs de la session.

Aucune inscription requise.



Nager pour le plaisir de bouger - Nixines Natation Artistique

Saison 2024-2025

Programme maîtres récréatif			
Pré-requis	Jours	Lieu	Heure
Avoir 19 et plus	Mardi	Aqua complexe	18h30 à 20h00
<p>Durée : 1,5h/semaine Session de 15 semaines (session automne et hiver) Prix : 205\$ + frais annuel d'affiliation de 65\$</p>			

Programme synchro adaptée			
Pré-requis	Jours	Lieu	Heure
Avoir 8 ans et plus	Dimanche	Aqua complexe	9h00 à 11h00
<p>Durée : 2h/semaine Session de 15 semaines en privé ou semi-privé (session automne et hiver) Prix : 250\$ + frais annuel d'affiliation de 65\$</p>			



Il est recommandé de suivre notre page Facebook : <https://www.facebook.com/lesnixines>

Session d'automne : semaine du 9 septembre à la semaine du 16 décembre 2024

Session d'hiver : semaine du 17 février à la semaine du 2 juin 2025

**Pas de cours la semaine 3 mars (relâche scolaire)*

Date limite d'inscription :

Automne - 8 septembre 2024

Hiver - 16 février 2025