

Foire aux questions

Ecole de natation municipale

Quel jour et à quelle heure ont lieu les cours ?

Les cours ont lieu le mercredi de 14h à 19h. Il y a différents groupes de niveau chaque heure mais les plus jeunes sont en début d'après-midi et les plus grands en fin d'après-midi. Il y a également un créneau le vendredi de 17h à 18h pour le groupe des barracudas.

Il n'y a pas de séances pendant les jours fériés et vacances scolaires. Le dernier cours aura lieu le 10 juin 2020

Combien d'enfants il y a par groupe ?

Cela dépend du niveau et du nombre de couloirs. Généralement, ils sont en moyenne entre 12 et 14 avec des groupes allégés chez les sardines (le 1^{er} niveau)

Quand et comment s'inscrire ?

Les tests et inscriptions auront lieu le Mercredi 11 septembre 2019. Les habitants de Villefranche de Lauragais à 14h et les autres à 16h. Il faudra bien évidemment prévoir un maillot, bonnet et lunette car le test est obligatoire.

Quel est le prix de la cotisation ?

180€ pour les habitants de Villefranche de Lauragais et 210 € pour les extérieurs.

Peut-on réserver notre place ?

Malheureusement non. Un dossier numéroté sera attribué sur place et c'est celui-ci qui définira vos droits à l'inscription.

Quels documents seront nécessaires ?

Il faudra prévoir un certificat médical de non contre-indication à la pratique de la natation ainsi qu'une copie d'attestation d'assurance dès la 2^{ème} séance. Nous vous fournirons le dossier d'inscription ainsi que le règlement de l'école de natation qu'il faudra nous rendre le plus tôt possible.

A partir de quel âge je peux inscrire mon enfant ? Doit-il savoir nager un peu ? Que va-t-il apprendre ? Il fera des compétitions ? Je suis adulte débutant, est ce que je peux m'inscrire ?

Vous trouverez toutes ces réponses ci-dessous :

Si malgré tout vous avez encore des questions, vous n'hésitez pas à nous les poser :

- *A l'accueil de la piscine pendant les heures d'ouverture au public*
- *piscine@mairie-villefranchedelauragais.fr*

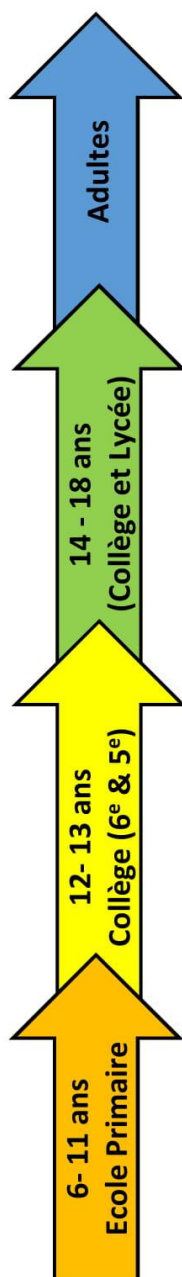
LES ACTIVITÉS DE LA NATATION À VILLEFRANCHE DE LAURAGAIS



ECOLE DE NATATION
MUNICIPALE



CERCLE DES NAGEURS DE
VILLEFRANCHE DE LAURAGAIS



Les différents groupes « Adultes »

- Aquaphobie, débutants & perfectionnements

Objectifs :

- Prendre du plaisir dans l'eau, apprendre et se perfectionner dans les 4 nages

Groupe « Ado perf »

Critères :

- A partir du collège
- Effectuer un 100m 4 nages

Objectifs :

- Se perfectionner dans les 4 nages
- S'entraîner 1 fois par semaine (1h)
- Préparer les examens scolaires (Brevet + Bac)

Apprentissage :

Critères :

- De 6 à 15 ans
- Se déplacer 15m sur le ventre

Objectifs :

- Apprendre les 4 nages (Papillon, Dos, Brasse et Crawl)
- Exploration de la profondeur
- Les plongeurs et culbutes

Critères :

- Effectuer 150m 3nages (Dos, Brasse et Crawl) ou 400 NL (uniquement pour l'activité eau libre)

Objectifs :

- Perfectionnement 1 à 4 fois par semaine (1h30)
- Entraînements sportifs & compétitions (Piscine, Lac, Mer)
- Entraînements en eau libre (Lac)

Catégorie Juniors

Critères :

- Effectuer 100m 4 nages
- Participer au minimum à 4 compétitions
- S'entraîner 2 à 4 fois par semaine (1h30)

Objectifs :

- Se perfectionner dans les 4 nages
- Améliorer ses performances en compétition

Catégorie Jeunes

Critères :

- Maîtrise des 4 nages
- Participer aux compétitions
- S'entraîner 2 à 3 fois par semaine (1h30)

Objectifs :

- Perfectionnement des 4 nages, des plongeurs et des virages en conformité avec la réglementation FFN

LES ACTIVITÉS DE LA PISCINE
MUNICIPALE :



- Initiation à la natation avec des stages collectifs dès 6 ans.
- Cours particuliers
- Aquagym , Aquabike



LA NATATION ARTISTIQUES



Critère :
À définir.

Objectif :
Présentation d'un ballet en fin d'année