

## -ENFANTS-

NIVEAU	CONDITIONS D'ACCES AU GROUPE « Je sais faire... »	Age
<b>Perf. 1</b> (ex Niveau 3)	<b><u>Autonome dans le grand bain + NON réfractaire</u></b> Le groupe évoluera dans le grand bain en ligne 1 ou 6. Correspond au niveau « têtard » de l'Ecole Nantaise de Natation	Né avant septembre 2010
<b>Perf. 2</b> (ex Niveau 4)	<b><u>Acquis</u> : Dos NC</b> <b><u>En cours d'acquisition</u> : Brasse et /ou Crawl</b>	Né avant septembre 2010
<b>Perf. 3</b> (ex Niveau 5)	<b><u>Acquis</u> : Dos, Brasse et crawl</b> <b><u>Non acquis</u> : Papillon</b>	Né en septembre 2002 et après (sinon Ado débutants)
<b>Perf. 4</b> (ex Niveau 6)	<b><u>Acquis</u> : Dos, Brasse, Crawl</b> <b>+ Papillon en cours d'acquisition (coordination ok)</b>	Né en septembre 2002 et après (sinon Ado confirmés)
<b>Jeunes entraînement</b> « Collège »	<b><u>Acquis</u> : 4 nages sans défauts majeurs</b> 2 séances obligatoires par semaine Etre motivé pour l'Entraînement	Etre au Collège durant la saison 2015-2016
<b>Jeunes entraînement</b> « Lycée »	2 dimanches récréatifs obligatoires. Né entre 1998 et 2004	Etre au Lycée durant la saison 2015-2016

## ADOLESCENTS - (Né entre 1998 et 2002)

NIVEAU	CONDITIONS D'ACCES AU GROUPE « Je sais... »
<b>Ado débutant</b>	<b><u>En cours d'acquisition</u> : Dos, Brasse et Crawl</b> <b><u>Non acquis</u> : Papillon</b>
<b>Ado confirmé</b>	<b><u>Acquis</u> : Dos, Brasse et Crawl sans défauts majeurs</b> <b>+ Papillon en cours d'acquisition (coordination ok)</b>

## ADULTES - (18 ans au début de la saison)

NIVEAU	CONDITIONS D'ACCES AU GROUPE « Je sais... »
<b>Adulte débutant 1</b>	<b><u>Non autonome dans le grand bain</u></b>
<b>Adulte débutant 2</b>	<b><u>Autonome</u> dans le grand bain</b> <b><u>Acquis</u> : 1 nage ventrale ou 1 nage dorsale</b>
<b>Adulte perfectionnement</b>	<b><u>Acquis</u> : 1 nage ventrale + 1 nage dorsale</b> <b><u>En cours d'acquisition</u> : 1 nage ventrale</b> <b><u>Non acquis</u> : Papillon</b>
<b>Adulte entraînement</b>	<b><u>Acquis</u> : Dos, Brasse et Crawl sans défauts majeurs</b> <b>+ Papillon en cours d'acquisition (coordination ok)</b> Motivé pour l'entraînement Notion de performance et d'endurance