





Municipalité régionale
de comté de Minganie

COMPLEXE AQUATIQUE DE MINGANIE

Hiver 2019 – du 14 janvier au 31 mars

Cours Croix-Rouge Préscolaire (4 mois à 48 ans)

	HORAIRE AU CHOIX	TYPE DE COURS	DESCRIPTION DU COURS	TARIFICATION (taxes incluses)
ÉTOILE DE MER/CANARD 4 à 24 mois 	Lundi de 16h55 à 17h25 ou de 17h50 à 18h20 Samedi de 9h25 à 9h55		Étoile de mer (4 à 12 mois) : Votre bébé doit être capable de tenir sa tête droite sans aide. Il apprivoisera l'eau, apprendra la flottabilité et le déplacement sur le ventre, sur le dos et en position verticale ainsi que les entrées en eau peu profonde. Durée de 30 minutes.	
 CANARD/TORTUE DE MER 12 à 48 mois	Lundi de 17h50 à 18h20 Mardi de 17h40 à 18h10 Mercredi de 16h50 à 17h20 Samedi de 8h45 à 9h15	1 parent – 1 enfant dans l'eau	Canard (12 à 24 mois) : Votre bébé est capable de s'amuser dans l'eau. Il apprendra la respiration rythmée; le déplacement vers l'avant et vers l'arrière avec aide; la flottaison sur le ventre et sur le dos; le retournement; les entrées et sorties en eau peu profonde. Durée de 30 minutes. Tortue de mer (24 à 48 mois) : Votre enfant est capable de nager sur le ventre avec des objets flottants. Il apprendra l'immersion; la flottaison et les glissements sur le ventre et sur le dos; le saut dans l'eau à la hauteur de la poitrine avec aide; le battement de jambes sur le ventre; la nage sur le ventre. Durée de 30 minutes.	Pour 10 semaines: 55,00 \$



COMPLEXE AQUATIQUE DE MINGANIE

Hiver 2019 – 14 janvier au 31 mars

Cours de natation de la Croix-Rouge Préscolaire (3 à 5 ans)

	HORAIRE AU CHOIX	TYPE DE COURS	DESCRIPTION DU COURS	TARIFICATION (taxes incluses)
LOUTRE DE MER 3 à 5 ans 	Lundi de 16h55 à 17h40 Mercredi de 16h45 à 17h30 ou de 17h40 à 18h25 Samedi de 9h à 9h45	Transition	Loutre de mer (3 à 5 ans) : Les parents sont présents seulement aux 2 premiers cours. Votre enfant apprendra: les flottaisons et les glissements sur le ventre et sur le dos; le battement de jambes sur le ventre avec un objet flottant. Le parent accompagnateur sera appelé à sortir de l'eau graduellement, selon la capacité de son enfant, afin que ce dernier apprenne à nager seul avec son objet flottant, sur une distance de 1 mètre. Durée de 45 minutes.	Pour 10 semaines: 70,00 \$
SALAMANDRE 3 à 5 ans 	Lundi de 16h55 à 17h40 ou de 17h50 à 18h35 Mercredi de 16h45 à 17h30 ou de 17h40 à 18h25 Jeudi de 17h10 à 17h55 Samedi de 9h55 à 10h40 ou de 10h50 à 11h35	Enfant seul	Salamandre (3 à 5 ans) : Votre enfant doit avoir réussi les critères de performance du niveau précédent (Loutre de mer). Il expérimentera son premier cours sans parent accompagnateur! Il améliorera sa flottaison sur le ventre et sur le dos ainsi que ses sauts dans l'eau, à la hauteur de la poitrine, sans aide. Le battement de jambes sera ajouté aux glissements sur le ventre et sur le dos. À la fin du niveau, votre enfant sera en mesure de nager seul et sans objet flottant sur une distance de 2 mètres. Durée de 45 minutes.	
POISSON-LUNE 3 à 5 ans 	Lundi de 16h00 à 16h45 ou de 16h55 à 17h40 Jeudi de 17h10 à 17h55 Samedi de 10h50 à 11h35	Enfant seul	Poisson-lune (3 à 5 ans): Votre enfant doit avoir réussi les critères de performance du niveau précédent (Salamandre). Il travaillera le battement de jambes et pourra exécuter : les glissements sur le ventre et sur le dos; les entrées en eau profonde en toute sécurité; la flottaison en eau profonde; la nage avec un VFI. Il nagera sur une distance de 5 mètres de façon continue. Durée de 45 minutes.	
CROCODILE 3 à 5 ans 	Jeudi de 17h10 à 17h55	Enfant seul	Crocodile (3 à 5 ans): : Votre enfant doit avoir réussi les critères de performance du niveau précédent (Poisson-lune). Il améliorera les glissements sur le ventre et sur le dos avec battement de jambes; la nage sur le ventre et sur le dos; le saut en eau profonde; la nage avec un VFI en eau profonde. Il nagera sur une distance de 10 mètres de façon continue. Durée de 45 minutes.	