



Piscine Municipale  
78, chemin du Brûlé  
Lac-Beauport  
(Québec) G3B 0P8  
418 849-7141 x2, 4

# DANS QUEL NIVEAU S'INSCRIRE POUR SUIVRE DES COURS DE NATATION?



## 4 mois à 6 ans – Programme Préscolaire



Est-ce que l'enfant aura **plus de 2 ans** au début de la session ?

**OUI** **NON** ➔ 4 à 12 mois : **ÉTOILE DE MER**  
12 à 24 mois : **CANARD**

Est-ce que l'enfant aura **plus de 4 ans** au début de la session **OU a 3 ans et est prêt à nager seul** (sans parent) ?

**OUI** **NON** ➔ 24 à 48 mois : **TORTUE DE MER**

Est-ce que l'enfant peut **mettre son visage dans l'eau** ET faire des bulles ?

**OUI** **NON** ➔ 3 ans et plus : **LOUTRE DE MER**

Est-ce que l'enfant peut **se déplacer seul dans l'eau sans objet flottant** OU sans être aidé par une personne (exemple : il se donne une poussée et atteint vos bras 1 mètre plus loin) ?

**OUI** **NON** ➔ **SALAMANDRE**

Est-ce que l'enfant peut **nager seul facilement plus de 2 mètres** sur le ventre **ou** sur le dos ?

**OUI** **NON** ➔ **POISSON-LUNE**

Est-ce que l'enfant peut **nager sur le dos et sur le ventre plus de 5 mètres** (environ une largeur de piscine hors-terre) ET a déjà débuté l'apprentissage du crawl (rotation des bras) dans un cours de natation précédent ?

**OUI** **NON** ➔ **CROCODILE**

**BALEINE**

### ÉQUIVALENCE ENTRE LES PROGRAMMES « CROIX-ROUGE PRÉSCOLAIRE ET JUNIOR »

Jusqu'à Poisson-Lune **complété** ou **non-complété** = s'inscrire à Junior 1;  
Crocodile **complété** = s'inscrire à Junior 2;  
Baleine **non-complété** = s'inscrire à Junior 3;  
Baleine **complété** = s'inscrire à Junior 4.

## 6 ans à 15 ans – Programme Junior



Est-ce que l'enfant est **capable de mettre sa tête dans l'eau et peut nager seul** sur le ventre ou sur le dos sur une distance de 5 mètres (presque la largeur de la piscine municipale) ?

**OUI** **NON** ➔ **JUNIOR 1**

Est-ce que l'enfant **peut nager sur une distance de 5 mètres sur le ventre et sur le dos** tout en mettant parfois sa tête dans l'eau ?

**OUI** **NON** ➔ **JUNIOR 2**

Est-ce que l'enfant peut **nager en eau profonde sur le ventre et sur le dos sur une distance de 10 mètres** et peut faire une respiration rythmée 10 fois ?

**OUI** **NON** ➔ **JUNIOR 3**

Est-ce que l'enfant a déjà débuté l'apprentissage du **crawl** (rotation des bras sur le ventre) ET peut nager 15 mètres en continu (1 longueur de la piscine municipale) ?

**OUI** **NON** ➔ **JUNIOR 4**

Est-ce que l'enfant sait nager le **dos crawlé** (sur le dos avec la rotation des bras) ET peut nager 25 mètres en continu ?

**OUI** **NON** ➔ **JUNIOR 5**

Est-ce que l'enfant sait nager le **dos élémentaire** ET peut nager 50 mètres en continu ?

**OUI** **NON** ➔ **JUNIOR 6**

Est-ce que l'enfant a débuté l'apprentissage de la **brasse** (coup de pied fouetté sur le ventre) via un cours de natation précédent ET peut nager 75 mètres en continu ?

**OUI** **NON** ➔ **JUNIOR 7**

Est-ce que l'enfant maîtrise bien la **brasse** ET peut nager sur une distance de 150 mètres (10 longueurs de la piscine municipale) ?

**OUI** **NON** ➔ **JUNIOR 8**

Est-ce que l'enfant peut nager ces **différents styles en alternance** (crawl, dos crawlé, dos élémentaire et brasse) sur une distance d'au moins 25 longueurs de la piscine municipale ET a débuté l'apprentissage du coup de pied de la marinière ?

**OUI** **NON** ➔ **JUNIOR 9**

**JUNIOR 10**

Est-ce que l'enfant aimerait devenir

**SAUVETEUR** ou **MONITEUR DE NATATION** ?

Informez-vous auprès du coordonnateur du secteur aquatique pour connaître les différentes options qui s'offrent.