



Piscine de Sizun

STAGES DE NATATION

A partir de
5 ans
et demi

Du 30 Juin au 30 août 2025

Enfants APPRENTISSAGE

Objectifs : SAVOIR NAGER

ETRE A L'AISE dans l'eau, SAUTER dans le grand bain et nager la BRASSE sur la plus grande distance possible.

4 Créneaux : Du lundi au vendredi

* 10H45 - 11H30

* 11H35 - 12H20

* 12H25 - 13H10 *

* 18H50 - 19H35

45 minutes

Enfants PERFECTIONNEMENT

Objectifs : les 4 NAGES

PLONGER, renforcer la BRASSE et apprendre le CRAWL, le DOS et le PAPILLON pour parcourir la plus grande distance possible.

3 Créneaux : Du lundi au vendredi

* 09H45 - 10H40

* 12H25 - 13H20 *

* 19H40 - 20H35

55 minutes

Ados-Adultes TOUS NIVEAUX

Objectifs : Travail INDIVIDUALISE

2 Créneaux :

APPRENTISSAGE : le samedi (à la séance).

55 minutes * 11H00 - 11H55

PERFECTIONNEMENT : Du lundi au vendredi

55 minutes * 20H40 - 21H35

* Le créneau de 12H25 sera en apprentissage (45 minutes) ou en perfectionnement (55 minutes) en fonction des demandes reçues

Tarifs

70,00 €

le stage de 5 leçons
du lundi au vendredi

20,00 €

le cours particulier
le samedi

Clément TIREAU

Professeur d'Education Physique et Sportive à l'Université de Brest
(SUAPS & Faculté des Sports et Sciences de l'Education en STAPS).

Maître-Nageur Sauveteur depuis 21 ans.

Ancien nageur international, entraîneur et directeur technique.



www.natationsizun.com

Natation Sizun natationsizun

natationsizun@gmail.com