



## Croix-Rouge Natation Précolaire (4 mois à 6 ans) Préalables des cours de natation

Niveaux	Préalables requis
 <p><b>Étoile de mer</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✗ Être âgé de 4 à 12 mois et pouvoir se tenir la tête droite</li> <li>✗ Participation d'un parent ou d'une personne responsable (avec aide) est également requise dans l'eau</li> </ul>
 <p><b>Canard</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✗ Être âgé de 12 à 24 mois</li> <li>✗ Participation d'un parent ou d'une personne responsable (avec aide) est également requise dans l'eau</li> </ul>
 <p><b>Tortue de mer</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✗ Être âgé de 24 à 36 mois</li> <li>✗ Participation d'un parent ou d'une personne responsable (avec aide) est également requise dans l'eau</li> </ul>
 <p><b>Loutre de mer</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✗ Être âgé de 3 à 5 ans</li> </ul>
 <p><b>Salamandre</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✗ Être âgé de 3 à 5 ans</li> <li>✗ Ouverture des yeux sous l'eau</li> <li>✗ Flottaison sur le dos et sur le ventre, 3 secondes (avec aide)</li> <li>✗ Glissement sur le ventre et sur le dos, 3 secondes (avec aide)</li> <li>✗ Nager sur le ventre 1 mètre (avec aide)</li> </ul>
 <p><b>Poisson-lune</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✗ Être âgé de 3 à 5 ans</li> <li>✗ Maintien à la surface, 5 secondes (avec aide)</li> <li>✗ Ouverture des yeux sous l'eau</li> <li>✗ Flottaison sur le dos et sur le ventre</li> <li>✗ Glissement sur le ventre et sur le dos avec battement de jambe sur 2 mètres</li> <li>✗ Glissement avec retournement du ventre au dos, 2 mètres</li> <li>✗ Glissement avec retournement du dos au ventre, 2 mètres</li> <li>✗</li> <li>✗ Nager sur le ventre 2 mètres</li> </ul>
 <p><b>Crocodile</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✗ Être âgé de 3 à 5 ans</li> <li>✗ Maintien à la surface à la hauteur de la poitrine, 5 secondes</li> <li>✗ Glissement sur le ventre et sur le dos avec battement de jambe sur 5 mètres</li> <li>✗ Glissement avec retournement et battement de jambe sur 5 mètres</li> <li>✗ Glissement sur le côté avec battement de jambe sur 2 mètre (avec aide)</li> <li>✗ Flottaison sur le ventre et sur le dos en eau profonde 5 secondes</li> <li>✗ Nager sur le ventre 5 mètres</li> </ul>
 <p><b>Baline</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✗ Être âgé de 3 à 5 ans</li> <li>✗ Maintien à la surface, 10 secondes</li> <li>✗ Glissement sur le ventre et sur le dos avec battement de jambe sur 7 mètres</li> <li>✗ Glissement sur le côté avec battement de jambe sur 5 mètres</li> <li>✗ Saut en eau profonde et maintien à la surface 10 secondes</li> <li>✗ Nager sur le ventre 5 mètres</li> <li>✗ Nager sur le dos 5 mètres</li> </ul>