



Inscription pour les programmes aquatiques

Nager pour la vie

Avant de faire votre sélection de cours, veuillez consulter les lignes directrices suivantes pour l'inscription.

Si votre enfant...	Inscription à la Société de sauvetage :	Auparavant à la Croix-Rouge :	Auparavant au YMCA:
Est âgé de 4 à 12 mois et est prêt à apprendre à s'amuser dans l'eau avec un parent...	Parent & Enfant 1	Étoile de mer	Éclabousseurs
Est âgé de 12 à 24 mois et est prêt à apprendre à s'amuser dans l'eau avec un parent...	Parent & Enfant 2	Canard	Tourbillons
Est âgé de 2 à 3 ans et est prêt à apprendre à s'amuser dans l'eau avec un parent...	Parent & Enfant 3	Tortue	Méduses
Est âgé de 3 à 5 ans et en est à ses tout débuts...	Précolaire 1	Tortue de mer	Méduses
Est âgé de 5 ans et +...	Nageur 1		
Peut entrer dans l'eau et en sortir, sauter dans l'eau à hauteur de la poitrine avec assistance ; flotter et glisser sur le ventre et le dos ; souffler des bulles et se mouiller le visage...	Précolaire 2	Salamandre	Flotteurs
Est âgé de 5 ans et +...	Nageur 1		
Peut sauter dans l'eau à hauteur de la poitrine ; s'immerger et expirer sous l'eau ; flotter sur le ventre et le dos avec assistance durant 3 s...	Précolaire 3	Poisson-lune	Glisseurs Plongeurs
Est âgé de 5 ans et +...	Nageur 1		
Peut sauter dans l'eau profonde vêtu d'un VFI ; récupérer des objets au fond de l'eau ; retenir sa respiration sous l'eau ; flotter, glisser et battre des jambes sur le ventre et le dos...	Précolaire 4	Crocodile	Surfeurs
Est âgé de 5 ans et +...	Nageur 1		
Peut faire des sauts seul dans l'eau profonde ; nager le crawl sur 5 m vêtu d'un VFI et battre des jambes sur le ventre, le dos et le côté...	Précolaire 5	Baleine	Trempeurs
Est âgé de 5 ans et +...	Nageur 2		

Si votre enfant...	Inscription à la Société de sauvetage :	Auparavant à la Croix-Rouge :	Auparavant au YMCA:
Est âgé de 5 à 12 ans et en est à ses tout débuts...	Nageur 1	Junior 1	Loutre
Peut sauter seul dans l'eau à hauteur de la poitrine et dans l'eau profonde vêtu d'un VFI ; ouvrir les yeux, retenir son souffle et expirer sous l'eau ; flotter, battre des jambes et glisser sur le dos et le ventre...	Nageur 2	Junior 2	Phoque
Peut sauter dans l'eau profonde et entrer par roulade vêtu d'un VFI ; se maintenir à la surface durant 15 s ; exécuter des coups de pieds fouettés à la verticale ; nager 10 m sur le ventre et le dos...	Nageur 3	Junior 3	Dauphin Nageur
Peut nager sur place durant 30 s ; plonger en position agenouillée et faire des sauts avant ; exécuter des coups de pieds fouettés sur 10 m ; nager le crawl et le dos crawlé sur 15 m...	Nageur 4	Junior 4 Junior 5	Étoile 1
Répond aux normes canadiennes Nager pour survivre : entrée par roulage – nager sur place (1 min) – nager (50 m) ; plonger ; nager sous l'eau ; coups de pieds fouettés sur le ventre sur 15 m ; brasse avec les bras en respirant ; crawl et dos crawlé sur 25 m...	Nageur 5	Junior 6	Étoile 2
Peut faire des plongeons à fleur d'eau et sauter à l'eau recroquevillé ; coup de pied rotatif alternatif et coup de pied en ciseaux ; crawl et dos crawlé sur 50 m ; brasse sur 25 m ; sprint sur 25 m ; entraînement par intervalle 4 x 50 m...	Nageur 6	Junior 7	Étoile 3
Peut faire des sauts d'arrêt et des sauts compacts ; nager sur place en utilisant seulement les jambes durant 45 s ; sprint à la brasse sur 25 m ; crawl et dos crawlé sur 100 m ; entraînement sur 300 m...	Nageur 7 / Initié	Junior 8	Étoile 4
De préférence, a complété avec succès – Nageur 7 / Initié	Nageur 8 / Averti	Junior 9	Étoile 5
De préférence, a complété avec succès – Nageur 8 / Averti	Nageur 9 / Expert	Junior 10	Étoile 6
De préférence, a complété avec succès – Nageur 9 / Expert	Étoile de bronze		Maître nageur