

# évaluation aquatique

## mini piscine

Entre 4 et 12 mois : **Oursin**

Entre 1 ans et 2 ans et ½ : **Pingouin 1**

Entre 2 ½ et 3 ans et...

a) il est prêt à aller dans l'eau sans vous : **Dauphin 1**

b) il n'est pas prêt à aller dans l'eau sans vous : **Pingouin 2**

Entre 3 et 6 ans et il...

a) n'a jamais fait de cours en autonomie : **Dauphin 1**

b) a déjà fait des cours en autonomie : **Dauphin 2**

c) tente de nager et met sa tête avec facilité dans l'eau : **Requin**

CENTRE  
**sablou**  


Ce document est à titre indicatif.  
Pour plus d'informations, veuillez  
contacter un responsable de  
l'aquatique au (514) 527- 1256  
Poste 308.

## grande piscine

**5 ans**

S'il est capable de faire de la nage sur place, nager 10 mètres sur le ventre et sur le dos : **Épaulard**

**6 à 15 ans**

Il ne sait pas nager : **Niveau 1**

Il peut nager 15 mètres sur le ventre et sur le dos : **Niveau 2**

Il peut nager 25 mètres de crawl et de dos crawlé : **Niveau 3**

Il nage 50 mètres en continu et maîtrise les jambes à la brasse : **Niveau 4**

Il nage 75 mètres en continu et maîtrise la brasse : **Niveau 5**

Il nage 100 mètres en continu et maîtrise les virages : **Niveau 6**

Il nage 150 mètres en continu et maîtrise le papillon : **Niveau 7-8**

**10 à 17 ans**

Peu importe son niveau, il peut s'inscrire dans le cours d'ados.

**13 ans et plus**

S'il est capable de nager 20 longueurs sans arrêt il peut s'inscrire en **médaille de bronze**.