

NATATION ADAPTÉE – PRÉSENTATION

Le CNN organise des cours de natation adaptée, pour les personnes issues de l'enseignement spécialisé.

Ces cours sont dispensés par des moniteurs formés aux activités physiques adaptées.

Le premier cours d'essai est gratuit.

LA NATATION ADAPTÉE AU CNN

Heures des cours :

Le mardi et/ou jeudi de **18h00 à 19h00** dans le petit bassin (pente progressive de 0.60 cm jusqu'à 1m30). Ce cours est dédié aux enfants dès 5 ans.

Le mardi et/ou jeudi de **19h30 à 20h30** dans le grand bassin. Ce cours est dédié aux adolescents et adultes déjà autonomes dans de l'eau profonde.

Déroulement du cours :

Le cours débute et se termine toujours avec une partie commune à l'ensemble du groupe. Entre-deux les nageurs sont séparés en plus petits groupes où ils sont au maximum 3 nageurs pour un moniteur. Les bases de la natation et les différents styles de nages sont transmis sous forme d'exercices ludiques et variés.

Objectif du cours :

L'objectif des cours de natation adaptée est en premier le bien être et donc le plaisir du nageur. Les séances sont ludiques.

Deuxièmement, le but est d'amener l'autonomie dans l'eau au nageur, ceci peut importe le style de nage.

Finalement, la participation à des compétitions Special Olympics peut être un objectif pour tout nageur souhaitant participer à ce genre d'événement sportif. Notre équipe de moniteurs est toujours très motivée à accompagner les nageurs qui le souhaitent à ce genre de course.

Renseignements: natation.adaptee@cnn-nyon.ch

CERTIFICATION SPECIAL OLYMPICS SWITZERLAND

Le Cercle des Nageurs de Nyon est heureux d'avoir reçu la reconnaissance de la qualité de son offre sportive incluse de la part de Special Olympics Switzerland.