

Vacances d'Octobre



**E.S.ThaoN Natation**



L'ensemble des clubs de la FFN sont impliqués dans l'acquisition du Savoir-Nager ; véritable enjeu de société. L'objectif du plan « J'apprends à nager », opération citoyenne par excellence, est de permettre aux enfants **de 4 à 12 ans**, d'acquérir les compétences nécessaires pour évoluer dans l'eau en toute sécurité. Celles-ci se traduisent par l'obtention du test «Sauv'nage» de l'Ecole de Natation Française. Les titulaires de ce diplômes peuvent pratiquer les activités aquatiques mais également nautiques en toute sécurité.

### Objectifs « J'apprends à nager »

- Dispenser un savoir-nager sécuritaire et écarter le risque de noyade,
- Favoriser l'accès à toutes les pratiques aquatiques et nautique en toute sécurité
- Découvrir les plaisirs de l'eau et de la Natation

➡ **Dès 4 ans**

➡ **10 x 45 min**

➡ **Activité gratuite** ( 15€ d'assurance uniquement)

Inscription :

- Paiement de 15€ (Chèque à l'ordre de l'EST Natation, Chèque ZAP, Tickets vacances)
- Dossier d'inscription rempli
- Certificat médicale récent

**PRE-INSCRIPTION  
PAR MAIL**

A rendre avant ou lors de la première séance. Aucun nageur ne sera accepté sans le dossier d'inscription complet lors de la deuxième séance.

Pré-inscription par mail OBLIGATOIRE

### **PROTOCOLE SANITAIRE :**

Aucun parent ne sera autorisé à entrer dans l'établissement. Seuls pourront s'inscrire les enfants sachant s'habiller et se déshabiller seul et sans l'aide d'une autre personne. **MASQUE OBLIGATOIRE** à partir de 11 ans.

#### 1) A l'arrivée :

- J'arrive à la piscine avec mon maillot de bain sous les vêtements
- Je met mon masque (à partir de 11ans)
- Je me désinfecte les mains
- Je prend un panier ou un sac de course propre pour y mettre mes affaires.
- J'entre dans les vestiaires collectifs, je me change et pose mes affaires dans le panier, que je dépose dans un coin de la piscine. J'enlève mon masque et le pose dans le panier.
- Je prends une douche savonnée avant de commencer la séance.

#### 2) Pendant la séance :

- Je garde mes distances avec les autres.

#### 3) Après la séances :

- Je remet mon masque, prends mon panier et me dirige vers le vestiaire.
- J'attends qu'un éducateur me donne l'autorisation pour rentrer dans le vestiaires (nombre de personne limitée)
- Je me change rapidement (pas de douche)
- Je rejoins mes parents à la porte d'entrée de la piscine.

Contact : [est.natation88@gmail.com](mailto:est.natation88@gmail.com)



**Fiche d'inscription individuelle**  
Opération « J'apprends à nager » de 4 ans à 12 ans  
Octobre

NOM : .....

Prénom : .....

Date de naissance : .....

Nationalité : .....

Adresse : .....  
.....

Téléphone : .....

Email : .....

**E.S.Thاون Natation**  
**Piscine LEDERLIN**  
**88150 Thaon-les-Vosges**

Horaires de l'EST Natation – OCTOBRE:

Lundi 19 Octobre : **10h30 – 11h15**

Mardi 20 Octobre : **11h00 – 11h45**

Mercredi 21 Octobre : **13h00 – 13h45**

Jeudi 22 Octobre: **11h00 – 11h45**

Vendredi 23 Octobre: **9h00 – 9h45**

Lundi 26 Octobre: **10h30 – 11h15**

Mardi 27 Octobre: **11h00 – 11h45**

Mercredi 28 Octobre : **13h00 – 13h45**

Jeudi 29 Octobre: **11h00 – 11h45**

Vendredi 30 Novembre: **9h00 – 9h45**

Thaon-les-Vosges le :

Signature :

Contact : [est.natation88@gmail.com](mailto:est.natation88@gmail.com)

ou **06.36.48.02.12**

