

Groupe	Dénomination	Couleur	Age	Espace	Finalités
Niv 0	Les têtards		4-5 ans	Petite profondeur 0-3m	Immersion/ flottaison statique/ déplacement vertical/ respiration/saut
Niv 1	Les crevettes		4-5 ans	Petite profondeur 3-5m	Immersion/ flottaison/ déplacement horizontal (flèche)/respiration/ remontée passive
Niv 2	Les pingouins		4-6 ans	Petite profondeur 5-7m	Propulsion Jambes ventrale et dorsale/ déséquilibre avant/ respiration Brevet sécuritaire niveau 1
Niv 3	Les hippocampes		5-6 ans	Moyenne profondeur 7-10m	Propulsion Jambes brasse dorsale/ aisance grande profondeur
Niv 4	Les otaries		5-6 ans	Grande profondeur 10-25m	Propulsion Jambes brasse ventrale/ synchronisation Jambes-respiration/ plongeon bord
Niv 5	Les raies		5-7 ans	Grande profondeur 10-25m	Propulsion complète dos, crawl et jambes brasse sur 15mètres / plongeon du plot Brevet sécuritaire niveau 2
Niv 6	Les requins		6-8 ans	Toute longueur	Propulsion complète dos, crawl et brasse sur 25mètres avec départ
Niv 7	Les dauphins		6-10 ans	Toute longueur	Brevet du nageur
Niv Loisir	/	/	+ 8 ans	Toute longueur	Libre choix moniteur : apprentissage papillon, notion sauvetage, passage de brevets

Description générale des groupes :

- a) Groupe de 12enfants MAX + 1réserve ;
- b) Groupe niveau 0 à 2, deux moniteurs ;
- c) Groupe niveau 3 à Loisir un moniteur.

Durée des cours :

- a) Niveau 0 à 2 : 50'
- b) Niveau 3 à 5 : 55'
- c) Niveau 6 à loisir : 60'