

TOUS À L'EAU !



COURS DE NATATION 2025/2026

HORAIRES VALABLES EN PÉRIODE SCOLAIRE

LUN.	MAR.	MER.	JEU.	VEN.	SAM.
					10.15 > 11:00 Bébés nageurs 4 à 36 mois
					11.30 > 12.15 Perf.* ados et adultes Jardin aquatique 3 à 5 ans
		13.15 > 14.00 Débutants			
		Débrouillés	16.45 > 17.30 Bébés nageurs 4 à 36 mois		
		Perf* 1			
		Perf* 2			
17.30 > 18.15 Débrouillés	17.30 > 18.15 Débutants	17.30 > 18.15 Débutants	17.30 > 18.15 App.* ados et adultes	17.30 > 18.15 Débutants	17.30 > 18.30 École annuelle 7/11 ans
Perf* 1	Débrouillés	Débrouillés		Débrouillés	
Perf* 2	Perf* 1	Perf* 1	Perf.* ados et adultes	Perf* 1	
18.30 > 19.15 Perf* 3	Perf* 2	18.30 > 19.30 École annuelle 7/11 ans	Perf.* ados et adultes		
			18.45 > 19.30 Aquaphobes		

Perf* : Perfectionnement
App* : Apprentissage



Grand Dax Agglomération - Direction communication - Juillet 2025 - Ne pas jeter sur la voie publique.

COURS HEBDOMADAIRES SUR INSCRIPTION

HORS VACANCES SCOLAIRES

**FORFAIT DE 10 SÉANCES
DE 45 MIN
SUR 3 PÉRIODES :**

- Période 1 : du 22 septembre au 13 décembre 2025
- Période 2 : du 5 janvier au 28 mars 2026
- Période 3 : du 20 avril au 27 juin 2026 *(sauf séances du vendredi)*

POUR LES JEUNES (5-11 ANS)

- DÉBUTANTS
- DÉBROUILLÉS
- PERFECTIONNEMENT 1, 2 ET 3

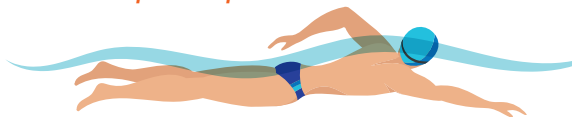
École annuelle de natation
pour les 7/11 ans, avec 1 heure
de cours hebdomadaire le mercredi
à 18h30 et le vendredi à 17h30.

Des stages de natation sont
également proposés pendant
les vacances.

POUR LES ADOS (12-17 ANS) ET LES ADULTES

- **AQUAPHOBES :**
J'apprends les bases pour être à l'aise
et prendre confiance dans l'eau.
- **APPRENTISSAGE :**
J'apprends les nages codifiées.
- **PERFECTIONNEMENT :**
Je me perfectionne dans les nages codifiées
et j'entretiens ma condition physique.

*Un test gratuit préalable effectué par un MNS
est obligatoire pour déterminer le groupe de
niveau le plus adapté.*



COURS À LA CARTE SUR RÉSERVATION

BÉBÉS NAGEURS

Pour les petits baigneurs de 4 à 36 mois
Dans le bassin d'apprentissage, un maître-
nageur accompagne les parents et leurs enfants
pour une séance d'éveil aquatique.



Bonnet de bain obligatoire. Les tenues de bain autorisées sont :
- pour les femmes, maillot de bain 1 pièce ou 2 pièces
- pour les hommes, slip de bain ou boxer de bain moulant
au-dessus du genou.

JARDIN AQUATIQUE

Pour les pitchouns de 3 à 5 ans, un bassin
est spécialement aménagé avec du matériel
adapté (toboggans, cages, tapis, câbles,
anneaux lestés,...). Des animations sont
proposées par les maîtres-nageurs pour un
moment aquatique privilégié en famille.

INFOS,
RÉSERVATIONS
ET TARIFS SUR
aquae.grand-dax.fr

