

## Niveaux des cours enfants à la baleine bleue

Dans quel groupe inscrire votre enfant à la rentrée ?

Pour préparer les inscriptions de début d'année vous pouvez vous référer à notre barème de couleurs de baleines.

Par exemple, si votre enfant se déplace déjà avec des brassards ou une ceinture sur 5 m sur le ventre et sur le dos, s'allonge dans l'eau, c'est qu'il est baleine blanche, donc vous devez l'inscrire en baleine jaune. Ou bien, si votre enfant nage toute une longueur de grand bassin en brasse et en dos crawlé, il est de niveau baleine orange, alors inscrivez le en baleine rouge.

Votre enfant doit avoir 6 ans minimum. Avant cet âge, vous pouvez vous inscrire en jardin aquatique

### **Baleine blanche :**

(Avec matériel : frite ou ceinture ou brassards)

- Descendre par le tapis dans le petit bain
- Se déplacer sur le ventre sur 5 m
- Se déplacer sur le dos sur 5 m
- Descendre par le toboggan dans le petit bain
- Récupérer un objet dans 50 cm
- Faire l'étoile de mer sur le ventre et sur le dos

### **Baleine jaune :**

- Descendre par le tapis dans le grand bain avec ceinture
- Se déplacer sur le ventre sur 10 m avec ceinture
- Se déplacer sur le dos sur 10 m avec ceinture
- Descendre par le toboggan dans le grand bain
- Récupérer un objet dans 1m
- Se déplacer sur 5 m sans matériel
- Sauter dans le petit bain sans matériel

### **Baleine verte :**

- Sauter dans le grand bain sans matériel
- Se déplacer sur le ventre 12,5 m
- Se déplacer sur le dos 12,5 m

### **Baleine orange :**

- Plonger du bord
- Réaliser 25 m en brasse
- Réaliser 25 m en dos crawlé
- Toucher le fond du bassin à 2m

### **Baleine rouge :**

- Plonger du plot
- Réaliser 25 m en crawl
- Réaliser 50 m en palmes

### **Baleine bleue :**

- Réaliser 50 m en brasse
- Réaliser 50 m en dos
- Réaliser 50 m en crawl
- Récupérer le mannequin et le tracter sur 5 m

