



**PAYS DE GEX NATATION**  
LA NATATION DANS LE PAYS DE GEX ET LE BASSIN LEHANNIQUE

# Groupes ENF1

Saison 2021-2022

Jeunes Filles de  
5 à 8 ans  
Jeunes Garçons de  
5 à 8 ans

## Description du groupe :

Le groupe ENF 1 est le premier groupe d'apprentissage du Pays de Gex Natation. L'objectif premier est de valider le test du sauv'nage en fin d'année pour atteindre le niveau de groupe ENF 2. L'enfant doit également pouvoir réaliser 25 mètres en fusée ventrale avec une expiration contrôlée, ainsi qu'un 25 mètres sur le dos avec une propulsion des bras et des jambes. (Moulin Dos)

## Sauv'nage

Acquérir un savoir nager  
sécuritaire



Sessions sauv'nage  
Juin 2022

**PAYS DE GEX NATATION**

### Conditions d'entrée :

Enfants qui osent sauter dans l'eau et se déplacer sans matériel dans le grand bassin. Ils sauront également se déplacer sans aide matérielle en quittant l'aide du mur.

### Comment nous contacter ? :

Les entraîneurs : [entraîneur@pgnatation.org](mailto:entraîneur@pgnatation.org)  
Le comité : [contact@pgnatation.org](mailto:contact@pgnatation.org)