

Catégories d'âges - Saison 2020-2021

Filles	Avenirs		Jeunes			Juniors				Seniors
	1	2	1	2	3	1	2	3	4	
	9 ans	10 ans	11 ans	12 ans	13 ans	14 ans	15 ans	16 ans	17 ans	18 ans et +
	2012	2011	2010	2009	2008	2007	2006	2005	2004	2003 et moins
Garçons	Avenirs		Jeunes			Juniors				Seniors
	1	2	1	2	3	1	2	3	4	
	10 ans	11 ans	12 ans	13 ans	14 ans	15 ans	16 ans	17 ans	18 ans	19 ans et +
	2011	2010	2009	2008	2007	2006	2005	2004	2003	2002 et moins

Accès : Catégorie / Critère

Groupe	Age & Catégorie	Critères et Conditions
J'apprends à Nager	4 à 12 ans	Pendant les vacances scolaires
Initiation	4 à 17 ans	Réaliser une impulsion sur le bord du bassin, puis 12,5 ventral, 12,5 dorsal à l'aide de matériel
Sauv' Nage	4 à 17 ans	Réaliser une longueur ventral et dorsal avec l'aide de deux planches, recherche d'objet en profondeur
Pass' Sports de l'eau	Avenirs et avant	Valider le Test du Sauv' Nage
Pass' Compétition	Jeunes 1 et avant	Valider le Test du Pass' Sports de l'eau
Loisir 1	4 à 15 ans	Valider le Test du Sauv'Nage
Loisir 2	4 à 15 ans	200 Cr/Dos sans s'arrêter + respi costal
Ados	16 à 18 ans	200 Cr/Dos sans s'arrêter + respi costal
Adulte	18 ans et +	100 Cr/Dos sans s'arrêter + respi costal
Espoir	Avenirs, Jeunes 1 et 2	Valider le Test du Pass' Compétition, 2 séances obligatoire/ semaine + Test d'entraînement
Excellence	Jeunes et Juniors 1	2 Performances Départemental, 3 séances obligatoire/ semaine + Test d'entraînement
Elite	Jeunes, Juniors et Seniors	2 Performances Régional, 4 séances obligatoire/ semaine + Test d'entraînement
Aquabike	16 ans et +	être licencié
Aquagym	16 ans et +	être licencié
Natation Santé	Tous public	Préscription Médical
Natation Artistique	Avenirs et après	Valider les bases du groupe Pass' Sports de l'eau