

Attestation « Savoir Nager en Sécurité »

Félicitations

Nom :

Prénom :

Toutes les étapes doivent se réaliser à la suite et sans s'accrocher, en grande profondeur

Acquis En cours d'acquisition

Entrée	Déplacement	Immersion	Déplacement	Equilibre	Equilibre	Déplacement	Equilibre	Immersion	Déplacement
Réaliser une chute arrière	Nager 3m50 sur le ventre	Passer sous un obstacle de 1m50 de long	Nager sur le ventre 15 mètres	Lors du déplacement réaliser une sustentation pendant 15 secondes au signal sonore	Faire un demi – tour sans reprise d'appuis et passer d'une position ventrale à dorsale	Nager 20 mètres sur le dos	Lors du déplacement réaliser une étoile dorsale pendant 15 secondes au signal sonore	Se retourner sur le ventre puis passer sous un obstacle de 1m50 de long	Se déplacer sur le ventre jusqu'au point de départ
<input type="radio"/> Acquis	<input type="radio"/> Acquis	<input type="radio"/> Acquis	<input type="radio"/> Acquis	<input type="radio"/> Acquis	<input type="radio"/> Acquis	<input type="radio"/> Acquis	<input type="radio"/> Acquis	<input type="radio"/> Acquis	<input type="radio"/> Acquis
<input type="radio"/> En cours d'acquisition	<input type="radio"/> En cours d'acquisition	<input type="radio"/> En cours d'acquisition	<input type="radio"/> En cours d'acquisition	<input type="radio"/> En cours d'acquisition	<input type="radio"/> En cours d'acquisition	<input type="radio"/> En cours d'acquisition	<input type="radio"/> En cours d'acquisition	<input type="radio"/> En cours d'acquisition	<input type="radio"/> En cours d'acquisition

Observation :

Le / / .

Nom du Maître-Nageur :