

ÉCOLE :

PISCINE :

NOM :

PRENOM :

CLASSE :

TEST PREMIER DEGRÉ DU SAVOIR NAGER

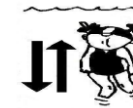
ENTRÉE :

Sauter en grande profondeur



ÉQUILIBRE :

Se laisser remonter passivement
pour revenir à la surface



IMMERSION

Passer sous un obstacle flottant



DÉPLACEMENT :

Nager 20 mètres : 10 mètres sur le ventre et 10 mètres sur le dos



ÉQUILIBRE

Sur place, 10 secondes la tête émergée



IMMERSION

Passer sous un obstacle flottant (ligne d'eau, tapis...)

