

Grille des cours de natation de la Croix-Rouge

Croix-Rouge Natation Préscolaire

Les cours du programme préscolaire sont d'une durée de 25 minutes.



Étoile de mer
de 4 à 12 mois
avec les parents



Canard
de 12 à 24 mois
avec les parents



Tortue de mer
de 24 à 36 mois
avec ou sans les parents



Loutre de mer
de 3 à 5 ans
sans les parents



Salamandre
de 3 à 5 ans
sans les parents



Poisson-lune
de 3 à 6 ans
sans les parents



Crocodile
de 3 à 6 ans
sans les parents



Baleine
de 3 à 6 ans
sans les parents

Croix-Rouge Natation Junior

5 à 10 ans

Les Juniors 1 à 4 sont d'une durée de 40 minutes


 **Croix-Rouge Natation Junior 1**

 **Croix-Rouge Natation Junior 2**

 **Croix-Rouge Natation Junior 3**


 **Croix-Rouge Natation Junior 4**


Les Juniors 5 à 9 sont d'une durée de 55 minutes

 **Croix-Rouge Natation Junior 5**

 **Croix-Rouge Natation Junior 6**

 **Croix-Rouge Natation Junior 7**

 **Croix-Rouge Natation Junior 8**

 **Croix-Rouge Natation Junior 9**

Le Junior 10 est d'une durée d'1h30, car jumelé avec le programme Jeunes sauveteurs

 **Croix-Rouge Natation Junior 10**

Croix-Rouge Natation Essentiel

Adolescents de 9 à 15 ans

Adultes de 16 ans et plus

Les essentiels 1 et 2 sont d'une durée de 55 minutes

Croix-Rouge Natation Essentiel 1

Croix-Rouge Natation Essentiel 2

Croix-Rouge Natation Styles de nage

Adolescents de 9 à 15 ans

Adultes de 16 ans et plus

Les styles de nage sont d'une durée de 55 minutes.