

Espace nautique du Grand Chalon

2021 - 2022

Circonscriptions de Chalon 1 et Chalon 2



La belle équipe !

Fabien



Raoul



Anatole



Jeanne



Fabrice



Geoffrey



Agnès



Nicol



Nanou



Tobias



Laure



Christophe



La sécurité

Les règlements à la piscine



Un adulte doit
toujours être présent



Si j'ai envie,
je vais à la toilette



Je marche lentement



J'attends mon tour



Je ne crie pas



Je ne plonge pas



Je ne pousse pas



Je n'éclabousse pas,
je joue gentiment.

L'hygiène

DES BAIGNEURS PROPRES, POUR UNE PISCINE PROPRE

AVANT LE BAIN 1

J'enlève mes chaussures
Je me démaquille
Je mets un maillot propre

VESTIAIRES



2

Je n'oublie pas d'aller aux toilettes

TOILETTES



3

Je me savonne sous la douche et je me lave les cheveux

DOUCHES



4

Je passe les 2 pieds dans le pédiluve

PÉDILUVE



APRÈS LE BAIN



Je prends une douche
Je me sèche bien pour éviter les problèmes de peau

AU BORD DU BASSIN ...



Je ne fume pas



Je ne mange pas



Je ne me baigne pas en cas d'infection de la peau (mycose, verrue plantaire...), d'otite, angine, rhume... ou de troubles intestinaux (gastro-entérite, diarrhée)

Je n'oublie pas:

Mon bonnet de bain
(obligatoire)



La douche savonnée
avant le bain
(obligatoire)



Je récapitule:

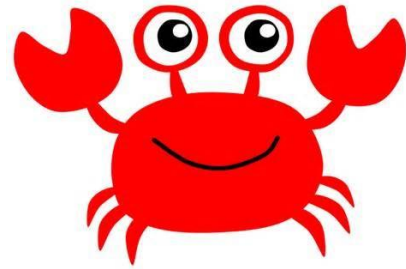


Les groupes

Groupe 1
Les Canards



Groupe 2
Les Crabes



Groupe 3
Les Pieuvres



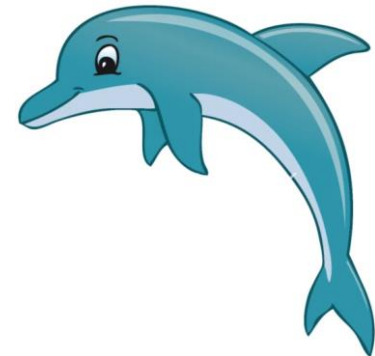
Groupe 4
Les Etoiles



Groupe 5
Les grenouilles



Groupe 6
Les Dauphins



Les 5 ateliers

L'immersion

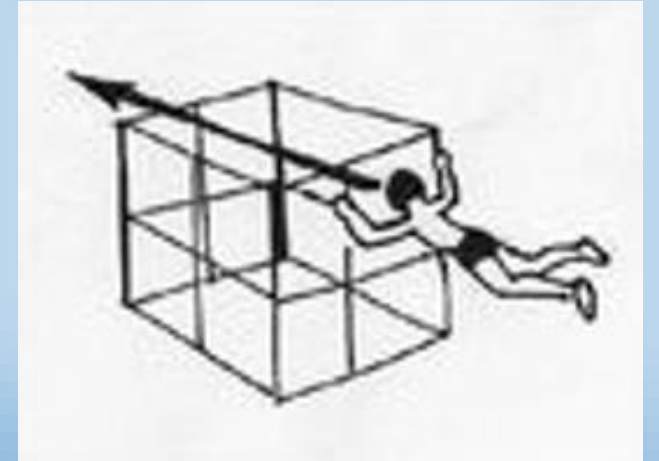
Les déplacements

L'équilibre

L'entrée dans l'eau

Activités diverses

L'immersion



Demi-cerceau

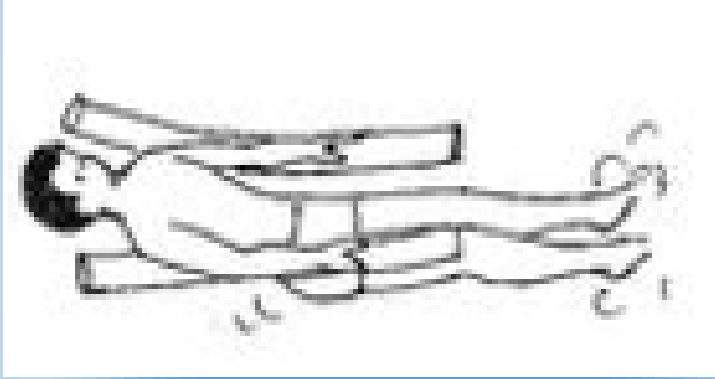


Anneaux



Cage

Les déplacements



Planche

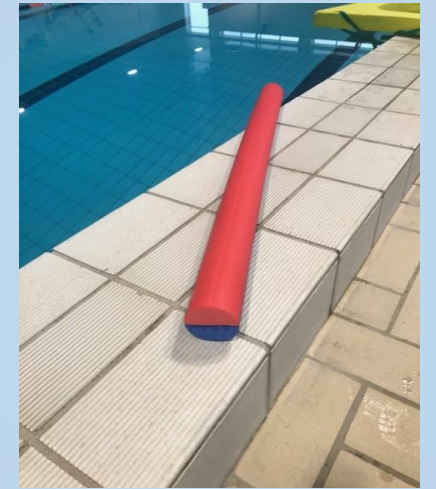


Frites

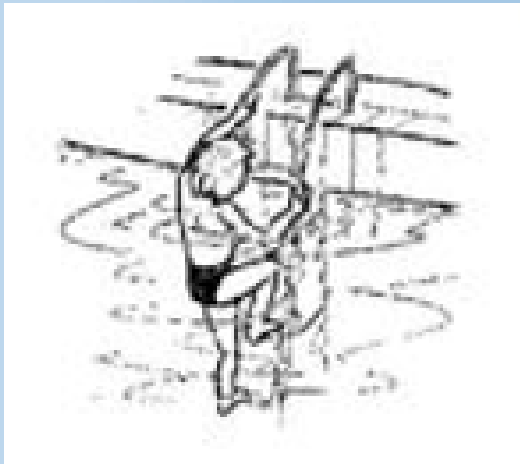


Brassards

L'équilibre



L'entrée dans l'eau



Activités diverses



The background features a clear blue sky with several white, fluffy clouds. A wavy, dark blue horizon line separates the sky from a solid, vibrant blue area below, which represents water. The overall composition is clean and bright.

**Bonne activité
natation !**