

MON GUIDE PRATIQUE

DE NATATION



SOMMAIRE

A cartoon illustration of a young child with brown hair, wearing a blue swim cap and goggles, smiling while floating on a large yellow inflatable ring. The ring has several vertical lines and is positioned diagonally across the page. The background of the top half of the page is a blue swimming pool with lane lines and circular lights on the wall.

BIENVENUE -	P.3
EQUIPEMENT -	P.4
ORGANISATION -	P.5
LES PARENTS -	P.6
CONSEILS -	P.7
CONTACT -	P.8

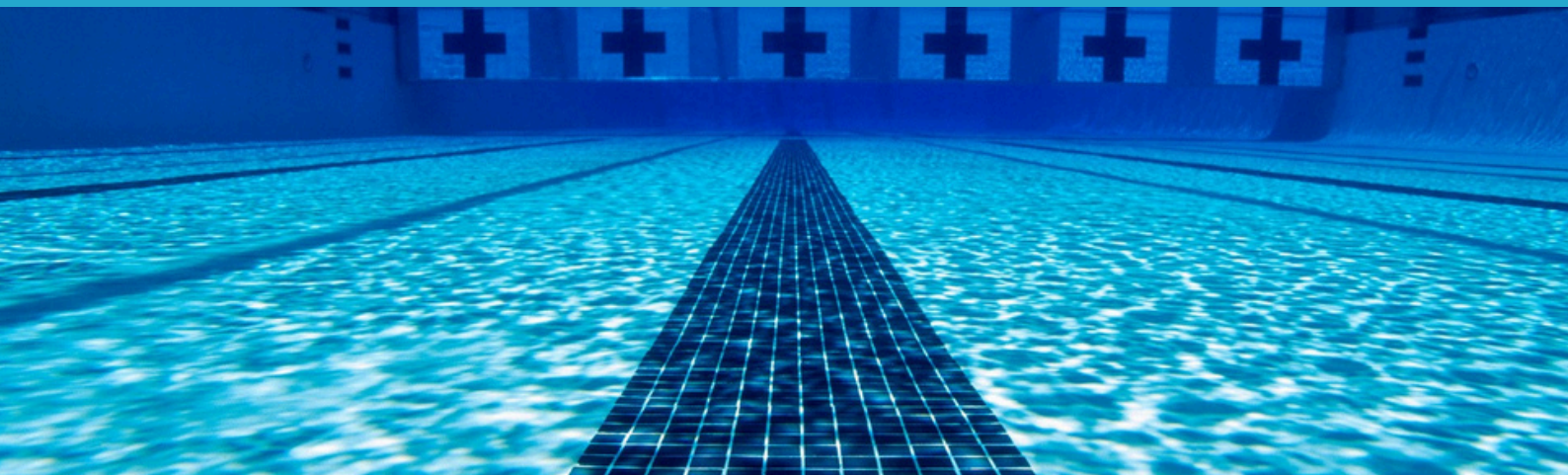
BIENVENUE

PRÊTS À PLONGER DANS L'AVENTURE ? 🌊

Chez **Sport Fusion**, apprendre à nager, c'est bien plus qu'un simple cours : c'est un moment de plaisir, de découverte et de confiance en soi !

Ce mini-guide vous explique tout ce qu'il faut savoir pour profiter pleinement de nos cours : règles essentielles, sécurité et conseils pratiques.

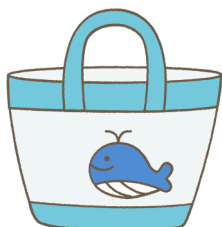
Parents et enfants, préparez vos maillots : on plonge ensemble pour progresser tout en s'amusant !



EQUIPEMENT

QUE CONTIENT MON SAC ?

- Maillot de bain adapté
- Bonnet de bain du club obligatoire
- Lunettes de natation (conseillées)
- Serviette
- Sandales ou tongs pour le bord du bassin
- Prévoir un petit sac pour ranger les affaires mouillées.
- Pour les enfants de 3 à 5 ans : une combinaison est recommandée (température de l'eau : 27 °C)



PACK SPORT FUSION :

- DISPONIBLE GRATUITEMENT COMPRENANT : UN SAC DU CLUB, UN BONNET DE COULEUR SELON LE GROUPE DE NIVEAU DE VOTRE ENFANT (OBLIGATOIRE).

ORGANISATION



ARRIVER 15 MINUTES AVANT
LE COURS POUR QUE
L'ENFANT AIT LE TEMPS DE
SE CHANGER;



LES ENFANTS SE CHANGENT DANS
LES CABINES COMMUNES (DES
REPÈRES SERONT MIS EN PLACE, ET
DES RESPONSABLES SERONT LÀ
POUR VOUS AIDER).



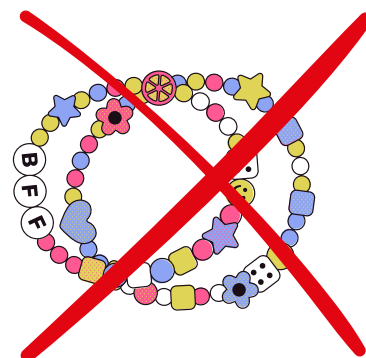
LES COURS COMMENCENT
À L'HEURE PRÉCISE.



COURIR DANS LES
VESTIAIRES OU AU BORD DU
BASSIN.



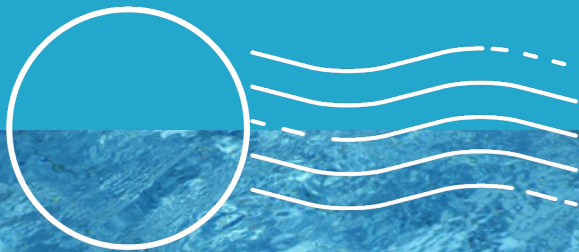
APPORTER DE LA
NOURRITURE DANS L'ESPACE
PISCINE.



PORTER DES BIJOUX OU
ACCESSOIRES (RISQUE DE
PERTE OU DE BLESSURE).

LES PARENTS

- LES PARENTS NE SONT PAS AUTORISÉS AUTOUR DU BASSIN PENDANT LES COURS.
- DEUX FOIS PAR AN (FIN DU 1ER SEMESTRE ET FIN DU 2E SEMESTRE), TOUS LES PARENTS POURRONT OBSERVER LES ENFANTS DE PLUS PRÈS LORS DE SÉANCES PORTES OUVERTES (SOUS RÉSERVE DE L'ACCORD DE LA PISCINE).
- LES PHOTOS / VIDÉOS NE SONT PAS AUTORISÉS. UNE SÉANCE PHOTOS/VIDÉOS SERA ORGANISÉE PAR NOS SOINS AU COURS DE L'ANNÉE



INFOS SÉANCES SPORT ADULTES

STRETCHING - MOBILITÉ DOUCE - YOGA

**SONT PRÉVUS À PARTIR DE NOVEMBRE EN MÊME TEMPS QUE
LE COURS DES ENFANTS DANS LA SALLE POLYVALENTE.**

PLUS D'INFORMATIONS À VENIR

CONSEILS

VOICI QUELQUES CONSEILS UTILES:

Évitez de donner un gros repas juste avant la séance.



Rappelez à votre enfant d'aller aux toilettes avant le cours.



Encouragez-le : le but est d'apprendre tout en s'amusant et en gagnant confiance.



CONTACT

GROUPE WHATSAPP DES PARENTS



Un seul groupe pour toutes les communications importantes.

CONTACT PRIORITAIRE



Younes : 0484 47 47 83



@sportfusionbruxelles



Sport Fusion Bruxelles

AUTRES CONTACTS



Soufiane : 0489 41 19 71

Alexis : 0493 06 57 94