

SAUVETAGE SPORTIF



Présentation

Le sauvetage sportif est une discipline sportive à part entière qui se caractérise par la diversité de ses épreuves. En mer ou plan d'eau, avec ou sans embarcation, ce sont les épreuves de "côtier". En piscine, ce sont les épreuves d'eau plate.

Les disciplines du sauvetage sportif, souvent pratiquées avec engin, se répartissent dans des domaines différents allant de la nage au kayak, les épreuves collectives omniprésentes rappellent sans cesse le caractère salvateur de la spécialité. L'activité se pratique en compétition du niveau local au niveau mondial, avec le même souci de réalisation de performance.

RESPECT

Développement Physique

Performance

Diversité

Connaissance de soi

Ludique



ENTRAINEMENTS :

Mardi : 06h30-07h30 natation (Canetons)

Mercredi : 15h00-18h00 Côtier* (plage)

Jeudi : 06h30-07h30 natation / 18h00-19h00 PPG / 19h00-20h00 techniques sauvetage

Samedi : 17h30-19h00 natation, techniques sauvetage

**septembre, octobre, avril, mai et juin sous réserve d'encadrement bénévole*