









Niveau	Dans ce niveau...
 <p>Étoile de mer (4 -12 mois) <i>*Avec un parent</i></p>	<p>Préalables: être âgé de 4 à 12 mois, être capable de tenir la tête droite.</p> <p>Le bébé et la personne qui l'accompagne apprivoisent l'eau, apprennent la flottaison et le déplacement sur le ventre, sur le dos et en position verticale, ainsi que les entrées et sorties en eau peu profonde.</p>
 <p>Canard (12 -24 mois) <i>*Avec un parent</i></p>	<p>Préalables: être âgé de 12 à 24 mois</p> <p>Le tout-petit et la personne qui l'accompagne apprennent la respiration rythmée, le déplacement vers l'avant et vers l'arrière avec aide, la flottaison sur le ventre, sur le dos et le retournement, ainsi que les entrées et sorties en eau peu profonde.</p>
 <p>Tortue de mer (2-3 ans) <i>*Avec un parent</i></p>	<p>Préalables: être âgé de 2 à 3 ans.</p> <p>L'enfant et la personne qui l'accompagne apprennent l'immersion, la flottaison et les glissements sur le ventre et sur le dos, le saut dans l'eau à la hauteur de la poitrine avec aide, le battement de jambes sur le ventre, ainsi que la nage sur le ventre.</p>
 <p>Loutre de mer (3-5 ans) <i>*Avec un parent</i></p>	<p>Préalables: être âgé de 3 à 5 ans</p> <p>L'enfant apprend les flottaisons et les glissements sur le ventre et sur le dos, ainsi que le battement de jambes sur le ventre avec un objet flottant. À la fin du niveau, les enfants seront en mesure de nager sur une distance d'un mètre.</p>
 <p>Salamandre (3-5 ans) <i>*Avec un parent</i></p>	<p>Préalables: être âgé de 3 à 5 ans et avoir réussi les critères de performance de Loutre de mer.</p> <p>L'enfant améliore la flottaison sur le ventre et sur le dos, ainsi que le saut dans l'eau à la hauteur de la poitrine sans aide. Le battement de jambes est ajouté aux glissements sur le ventre et sur le dos. À la fin du niveau, les enfants seront en mesure de nager sur une distance de 2 mètres.</p>
 <p>Poisson-lune (3-5 ans) <i>*Avec un parent</i></p>	<p>Préalables: être âgé de 3 à 5 ans et avoir réussi les critères de performance de Salamandre.</p> <p>L'enfant travaille le battement de jambes et peuvent exécuter les glissements sur le ventre et sur le dos; les entrées en eau profonde en toute sécurité; la flottaison en eau profonde, ainsi que la nage avec un VFI. Ils nageront sur une distance de 5 mètres de façon continue.</p>
 <p>Crocodile (3-5 ans) <i>*Avec un parent</i></p>	<p>Préalables: être âgé de 3 à 5 ans et avoir réussi les critères de performance de de Poisson-lune.</p> <p>L'enfant améliore les glissements sur le ventre et sur le dos avec battement de jambes; la nage sur le ventre et sur le dos; ainsi que la nage avec un VFI. Ils nageront sur une distance de 10 mètres de façon continue.</p>
 <p>Baleine (3-5 ans) <i>*Avec un parent</i></p>	<p>Préalables: être âgé de 3 à 5 ans et avoir réussi les critères de performance de Crocodile.</p> <p>L'enfant augmente la distance des glissements sur le ventre et sur le dos avec battement de jambes, ainsi que celle de la nage sur le ventre et sur le dos. Ils nageront sur une distance de 15 mètres de façon continue.</p>

Niveau

Dans ce niveau...

	Junior 1 (6 ans et plus) <i>*Avec un parent</i>	Préalables: Le nageur doit être âgé de 6 ans et plus. Les nageurs apprennent la flottaison sur le ventre/dos; le glissement sur le ventre/dos; les entrées et sorties en eau peu profonde et ils nagent sur une distance de 5m. Un accompagnateur par participant.
	Junior 2 (6 ans et plus) <i>*Avec un parent</i>	Préalables: avoir réussi les critères de performance de Junior 1 ou Poisson-lune. Les nageurs apprennent les glissements sur le ventre et sur le dos avec battement jambes alternatif, et la nage sur le ventre. Ils participent à des activités en eau profonde (avec aide), et nagent sur 10m de façon continue. Un accompagnateur par participant.
	Junior 3 (6 ans et plus) <i>*Avec un parent</i>	Préalables: : avoir réussi les critères de performance de Junior 2 ou crocodile. Les nageurs augmentent la distance des glissements sur le ventre/dos, portent un VFI. Ils nagent sur une distance de 15m de façon continue. Un accompagnateur par participant.
	Junior 4 (6 ans et plus) <i>*Avec un parent</i>	Préalables: Réussi les critères de performance de Junior 3 ou baleine. Les nageurs apprennent la nage sur le dos avec roulement des épaules et le crawl (10m). Ils nagent sur une distance de 25m de façon continue. Un accompagnateur par participant.
	Junior 5 (6 ans et plus)	Préalables: Réussi les critères de performance de Junior 4. Les nageurs améliorent le crawl (15m), apprennent le dos crawlé (15m), le coup de pied fouetté sur le dos ainsi que le saut d'arrêt, la nage debout et la godille sur le dos, tête première. Ils nagent sur une distance de 50m de façon continue.
	Junior 6 (6 ans et plus)	Préalables: Réussi les critères de performance de Junior 5. Les nageurs améliorent la distance parcourue en crawl et en dos crawlé (25m), la nage debout en eau profonde et exécutent le plongeon avant. Ils apprennent la nage sur le dos élémentaire (15m) et le battement de jambes du dauphin. Ils nagent sur une distance de 75m de façon continue.
	Junior 7 (6 ans et plus)	Préalables: Réussi les critères de performance de Junior 6. Les nageurs améliorent la distance parcourue en crawl et en dos crawlé (50m), le dos élémentaire (25m) et le battement de jambes du dauphin. Ils apprennent la godille sur le ventre et le coup de pied fouetté sur le ventre; Ils nagent sur une distance de 150m de façon continue.
	Junior 8 (6 ans et plus)	Préalables: Réussi les critères de performance de Junior 7. Les nageurs améliorent la distance parcourue en crawl et en dos crawlé (75m), ainsi qu'en dos élémentaire (25m) Ils apprennent la brasse (15m), ainsi que le coup de pied alternatif / nage debout, le plongeon de surface pieds premiers et le plongeon à fleur d'eau. Ils nagent sur une distance de 300m de façon continue.
	Junior 9 (6 ans et plus)	Préalables: Réussi les critères de performance de Junior 8. Les nageurs améliorent la distance parcourue en crawl et en dos crawlé (100m), en dos élémentaire (50m), ainsi qu'en brasse (25m). Ils apprennent le battement de coup de pied en ciseau et le plongeon de surface tête première. Ils nagent sur une distance de 400m de façon continue.
	Junior 10 (6 ans et plus)	Préalables: Réussi les critères de performance de Junior 9. Les nageurs améliorent la distance parcourue en crawl et en dos crawlé (100m) en dos élémentaire (50m) et en brasse (50m). Ils apprennent la marinière (25m). Ils exécutent le battement de jambes du dauphin (vertical), les plongeurs de surface tête première et pieds premiers, avec nage sous l'eau. Ils nagent sur une distance de 500m de façon continue.