

Bordeaux, le 25 aout 2015

Aux responsables sportifs des associations Sport Adapté ou des établissements médico-sociaux en Gironde

Chers Collègues,

Dans le but de promouvoir et développer la pratique des activités nautiques, le CDSA33 et Comité Départemental de Natation de la Gironde organisent en partenariat avec la Ville du Bouscat :

Le samedi 14 novembre 2015 de 11h15 à 13h

Le mercredi 25 novembre 2015 de 11h15 à 13h

Le passage du brevet de 25m ou 50 m de natation

Et/ou

Le Sauv'nage

Et/ou

L'attestation d'aisance aquatique

**en direction des personnes en situation de handicap mental
ou psychique de la Gironde.**

RDV à la Piscine des Ecus au Bouscat (33)

Dans les créneaux horaires indiqués

⇒ **Le passage de ces tests est gratuit.**

Dans l'attente de vous rencontrer lors de cette journée, recevez chers collègues nos cordiales salutations sportives.

Derniers délais pour vos inscriptions :

le 09 novembre 2015 pour la session du 14 novembre 2015

le 23 novembre 2015 pour la session du 27 novembre 2015

LES TESTS

Tous ces tests sont officiels et ne sont délivrés que par un professionnel habilité selon sa libre appréciation

- **25m ou 50m**

- Départ sauté, nage libre sur une distance de 25m ou 50m sans s'accrocher aux bords ou à la ligne d'eau.

- **Sauv'nage**

Ce test se présente sous la forme d'un parcours qui permet d'évaluer différentes compétences permettant d'assurer sa propre sécurité dans l'eau. Il peut être admis comme test de sécurité pour la pratique des activités nautiques.

Le parcours est effectué en grande profondeur sans reprise d'appui et sans lunettes. En voici le déroulement :

[Lien pour visualiser la video du test](#)

<http://youtu.be/WgujVQ6ovmc>

- Sauter dans l'eau et se laisser remonter passivement
- S'immobiliser en position ventrale (étoile de mer) pendant 5 secondes
- Nager jusqu'à un cerceau posé sur l'eau et y rentrer
- Rester en position verticale pendant 5 secondes à l'intérieur du cerceau
- Alternier sur une distance de 15 à 20 mètres, un déplacement ventral et le passage sous des obstacles (3 à 4) disposés le long du parcours
- S'immobiliser pendant 5 secondes sur le dos
- Nager sur le dos entre 15 et 20 mètres
- Aller chercher un objet situé à environ 1,8m de profondeur et le remonter à la surface

- **Test Aisance Aquatique (pour les mineurs)**

- Effectuer un saut dans l'eau ;
- Réaliser une flottaison sur le dos pendant cinq secondes ;
- Réaliser une sustentation verticale pendant cinq secondes ;
- Nager sur le ventre pendant vingt mètres ;
- Franchir une ligne d'eau ou passer sous une embarcation ou un objet flottant.

Ce test peut être réalisé en piscine ou sur le lieu de l'activité.

Dans les cas prévus en annexe au présent arrêté, ce test peut être réalisé avec une brassière de sécurité.

Ce document est délivré par une personne répondant aux conditions prévues aux 1°, 2° et 3° de l'article R. 227-13 susvisé dans les disciplines suivantes : canoë-kayak et disciplines associées, nage en eau vive, voile, canyonisme, surf de mer et natation ou par une personne titulaire du brevet national de sécurité et de sauvetage aquatique.