



## Groupes Ecole de Natation Française (Aquatic Club Fidésien) saison 2022-2023

### Introduction :

Le club a obtenu en 2010 l'agrément Ecole de Natation Française (ENF), et met ainsi en place sur les catégories jeunes les programmes de formation validés par la FFN ! Ces derniers sont structurés autour de trois paliers de compétences :

- Le palier **ENF1** validé par le test du « sauv'nage » (enfants nés en 2016-2017)
- Le palier **ENF2** validé par le test du « pass'sports de l'eau » (enfants nés en 2014-2015)
- Le palier **ENF3** validé par le test du « pass'compétition » (2013-2014 pour les filles et 2012-2013 pour les garçons)
- Chaque palier définit un niveau de maîtrise dans les activités de la natation.
- Le test ENF1 (Sauv'nage) et ENF2 (Pass'sport de l'eau) est mis en place par le club .

### Programme :

Bien qu'il s'agisse de groupes appartenant au socle ENF, les contenus d'apprentissage diffèrent nettement dans leurs orientations et leur richesse d'un palier à l'autre.

**Le groupe ENF1** vise l'acquisition d'un savoir nager sécuritaire. L'objectif est de permettre aux jeunes d'opérer une transition informationnelle vers le milieu aquatique et d'y assurer leur sécurité, avec la maîtrise de l'entrée à l'eau, des immersions et des premières formes de déplacement aquatique.

**Le groupe ENF2** vise l'acquisition d'habilités motrices dans différents sports de l'eau. Les bases de la natation course, de la natation synchronisée, du water polo, du plongeon et de la nage avec palmes sont enseignées. Le programme est riche et complexe et l'enrichissement moteur considérable !

**Le groupe ENF3** vise l'accès à la pratique compétitive. L'Aquatic Club Fidésien met en place les programmes de l'ENF3 dans la discipline « natation course ». Les nageurs découvrent l'apprentissage codifié des 4 nages en vue de l'obtention du « pass'compétition » et découvrent la recherche de l'efficacité, de l'effcience et des sensations de glisse dans l'eau.

ACF

30 avenue du 11 novembre – 69110 Ste Foy Les Lyon

[aquatic-club-fidesien.fr](http://aquatic-club-fidesien.fr)

[inscriptionacf@gmail.com](mailto:inscriptionacf@gmail.com)

☎ 06 89 37 04 03

Emploi du temps des groupes ENF :

	LUNDI	MERCREDI	VENDREDI	SAMEDI
ENF1 (1 séance par semaine)		9h – 9h45 ou 10h – 10h45 ou 15h30 – 16h15	<b>OU</b>	12h15 – 13h00 ou 13h15 – 14h00
ENF2 (2 séances par semaine)		9h – 10h ou 10h – 11h ou 16h15 – 17h	<b>ET</b>	12h00 – 13h00 ou 13h00 – 14h00
ENF3 (3 séances par semaine)	17h00 – 18h30	12h15 – 14h00	<b>ET</b>	10h45 – 14h00 1 h PPG + 2 h natation

Tarifs et inscriptions :

La saison sportive du 20 septembre au 26 juin comprenant le programme de formation sportive et le passage des tests ainsi que l'éventuelle participation aux compétitions est indexé à des tarifs différenciés en fonction des groupes ENF :

- **Groupe ENF 1** 255 € licence et assurance comprises
- **Groupe ENF 2** 325 € licence et assurance comprises
- **Groupe ENF 3** 365 € licence et assurance comprises, pack compétition

Pour tout renseignement, n'hésitez pas à nous recontacter aux adresses suivantes :

Par l'intermédiaire du site internet du club : [www.aquatic-club-fidesien.fr](http://www.aquatic-club-fidesien.fr)

via l'adresse mail du club : [natationacf@gmail.com](mailto:natationacf@gmail.com)