

DIPLÔME DE NATATION



Niveau 3 : Crevette

Je suis capable de réaliser un parcours aquatique de 10 m en autonomie avec un départ saut allumette ou plongeon canard, suivi d'un déplacement ventral tête dans l'eau. Puis je dois descendre le long d'une perche pour rechercher des anneaux. Après la remontée à la surface, je fais une étoile de mer ventrale et dorsale et finis le parcours en déplacement dorsal.

Décerné à :

Nom, prénom, n° de diplôme
et signature du maître-nageur

Saint Martin d'Hères
le

