



Du 8 JUILLET au



## J'apprends à nager en Dordogne

J'apprends à nager en Dordogne est un dispositif du Conseil départemental de la Dordogne.

Un cycle de 8 séances GRATUITES vous est proposé pour apprendre à nager, être autonome dans l'eau, flotter et se déplacer librement dans l'eau.

*Publié le 03 juin 2024*

Une opération accessible sur inscription du lundi 8 juillet au vendredi 30 août 2024 sur les sites départementaux. Un cycle de 10 séances gratuites vous est proposé pour apprendre à nager, flotter, se déplacer librement et être autonome dans l'eau.

Ce dispositif est entièrement gratuit et ouvert à tous :

- › particuliers à partir de 6 ans,
- › Accueils de Loisirs Sans Hébergement (ALSH).

Vous pouvez choisir votre lieu d'apprentissage entre les différents sites de baignade du Département :

- › Grand étang de La Jemaye,
- › Étang de Saint-Estèphe,
- › Lac de Gurson,
- › Base de loisirs de Rouffiac.

Les cours sont encadrés par un éducateur sportif diplômé conformément à la réglementation en vigueur. A ce titre, vous bénéficierez d'un suivi personnalisé réalisé par un professionnel.

### Comment ça fonctionne ?

Vous devez être présent :

**Le lundi** : test pour évaluation et composition des groupes d'apprentissage.

2 créneaux : 11h30 à 13h et 14h à 15h30.

Inscription obligatoire sur un des deux créneaux, en suivant le lien de la rubrique " [Inscriptions](https://demarches.dordogne.fr/guides-des-aides/dgaces/sports/inscriptions-dispositif-apprendre-a-nager-dordogne/) (<https://demarches.dordogne.fr/guides-des-aides/dgaces/sports/inscriptions-dispositif-apprendre-a-nager-dordogne/>)".

**Mardi, mercredi, jeudi et vendredi**

<https://www.dordogne.fr/information-transversale/actualites/j'apprends-a-nager-en-dordogne-18798?>

8 séances (à raison de 2 séances par jour) de 45 minutes.

L'horaire de vos séances sera défini en concertation avec le maître nageur sauveteur parmi les créneaux ci-dessous :

11h à 11h45

11h45 à 12h30

12h30 à 13h15

PAUSE

14h à 14h45

14h45 à 15h30

15h30 à 16h15

L'inscription et votre présence sont obligatoires à tous les cours.

## Quand ?

### **ROUFFIAC**

› Du 8 au 12 juillet 2024

› Du 5 au 9 août 2024

### **SAINT-ESTEPHE**

› Du 15 au 19 juillet 2024

› Du 12 au 16 août 2024

### **GURSON**

› Du 29 juillet au 2 août 2024

› Du 26 au 30 août 2024

### **LA JEMAYE**

› Du 22 au 26 juillet 2024

› Du 19 au 23 août 2024

## Pour s'inscrire

[Accéder ici au formulaire d'inscription \(https://demarches.dordogne.fr/guides-des-aides/dgaces/sports/inscriptions-dispositif-apprendre-a-nager-dordogne/\)](https://demarches.dordogne.fr/guides-des-aides/dgaces/sports/inscriptions-dispositif-apprendre-a-nager-dordogne/)