

Info pratiques



Les inscriptions se font en ligne en se connectant à la plateforme e-services.mulhouse-alsace.fr
Retrouvez les horaires des piscines et les tarifs sur mulhouse-alsace.fr

Illberg

51 boulevard Charles Stoessel
Mulhouse
Tél : 03 69 77 66 88

Centre Nautique Ile Napoléon

5 rue de l'Industrie Habsheim
Tél : 03 89 63 44 90

Pierre et Marie Curie

7 rue Pierre et Marie Curie
Mulhouse
Tél : 03 89 32 69 00

Bourtzwiller

28 rue Saint Georges
Mulhouse
Tél : 03 89 50 52 51

Jonquilles

2 rue des Jonquilles Illzach
Tél : 03 89 66 70 99

Ungersheim

10 rue des Lilas Ungersheim
Tél : 03 89 48 04 37

Centre Nautique Aquarhin

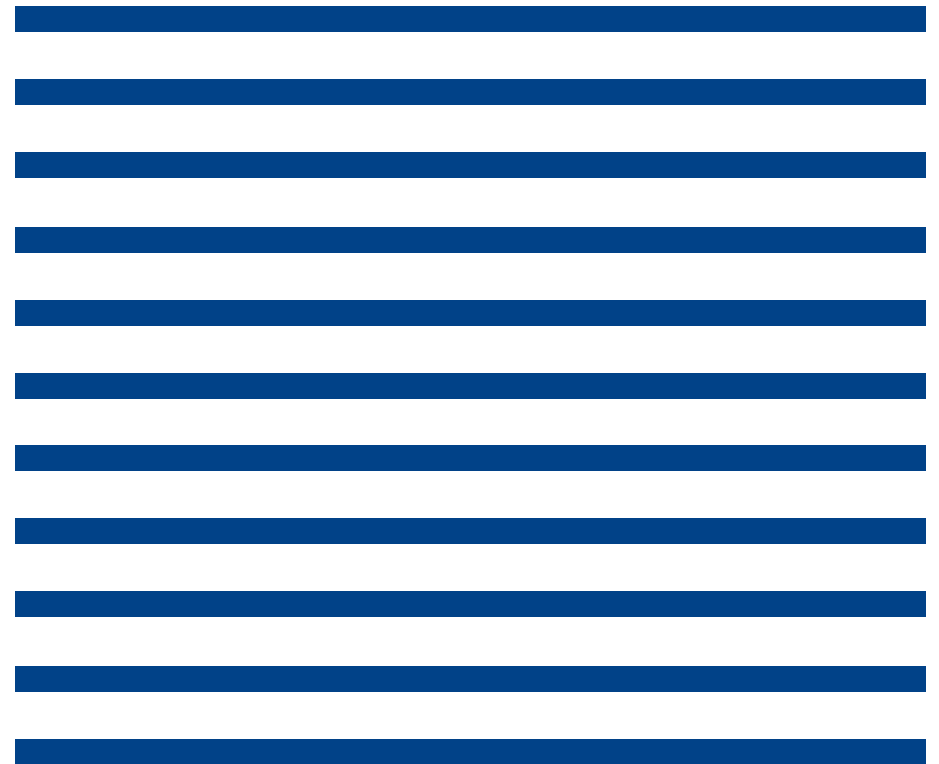
1 rue de la Piscine Ottmarsheim
Tél : 03 89 26 08 60

- **BÉBÉS NAGEURS** : ce moment particulièrement privilégié pour les enfants et leurs parents permet aux tout-petits de découvrir les plaisirs de l'eau. De 6 mois à 3 ans, les bébés peuvent ainsi vivre pleinement leur éveil moteur et sensoriel. Cette activité se pratique en famille pour le bonheur de tous.
- **JARDIN AQUATIQUE** : le plaisir de l'eau pour les enfants de 3 à 5 ans (non révolus). Par le biais de parcours ludiques dans une eau à température adaptée, le tout avec le soutien des parents et des maîtres-nageurs, l'enfant prendra plaisir à se déplacer dans l'eau.
- **TÊTARD ET CREVETTE** : familiarisation avec le milieu aquatique.
- **TORTUE** : être capable de se déplacer en battements sur le ventre et le dos sur une distance de 5 m.
- **DAUPHIN** : être capable de se déplacer sur le dos et le ventre avec les jambes et les bras sur une distance de 10 m.
- **ESPADON** : être capable de nager en nage libre sur une distance de 25 m.
- **REQUIN** : être capable de nager en nage libre sur une distance de 50 m.
- **ÉPAULARD** : être capable de nager les quatre nages sur une distance de 100 m.
- **ADULTES** : selon le niveau, pour une pratique allant de l'apprentissage de la natation au perfectionnement des techniques de nage.
- **AQUAPHOBIE** : activité proposée à toute personne souhaitant surmonter sa peur de l'eau.
Leçons particulières sur rendez-vous.

Direction de la Communication de m2A - Août 2022



Guide pratique des leçons de natation



Saison 2022/2023



Piscine des Jonquilles

	LUN	MAR	MER	JEU	VEN	SAM
Enfants (de 5 à 7 ans) - Niveau Têtard - Crevette - Tortue	16h45	16h45	15h	16h45		
Enfants (de 5 à 9 ans) - Niveau Têtard - Crevette - Tortue			9h30			
Enfants (à partir de 8 ans) - Niveau Têtard - Crevette - Tortue	17h45	17h45	16h	17h45	16h45	
Enfants (à partir de 8 ans) - Niveau Tortue						9h30
Enfants (à partir de 8 ans) - Niveau Dauphin			17h			
Enfants (à partir de 10 ans) Niveau Dauphin - Epaulard						10h30
Adultes Perfectionnement (18 ans et +)			18h			
Adultes Débutants (18 ans et +)			18h	18h45		

Piscine d'Ungersheim

	MER	JEU	VEN	SAM
Enfants (de 5 à 6 ans) - Niveau Têtard - Crevette	9h30		16h45	
Enfants Débutants (de 6 à 10 ans) - Niveau Têtard - Crevette		16h45		
Enfants (de 7 à 9 ans) - Niveau Tortue	10h30			
Enfants (de 6 à 10 ans) - Niveau Tortue - Dauphin				9h45
Enfants (de 6 à 8 ans) - Niveau Tortue Or - Dauphin - Requin	17h30			
Enfants (de 8 à 14 ans) - Niveau Tortue Or - Dauphin - Requin				10h45
Enfants (de 8 à 14 ans) - Niveau Dauphin - Requin - Epaulard		17h45		
Enfants (de 8 à 14 ans) - Niveau Dauphin Or - Requin - Epaulard			17h45	

Centre Nautique Ile Napoléon

	LUN	MAR	MER	JEU	VEN	SAM
Bébés nageurs (de 6 mois à 4 ans)						8h30 à 9h (6 à 12 mois) 9h à 9h30 (13 à 20 mois) 9h30 à 10h15 (21 à 36 mois) 10h15 à 11h (6 mois à 4 ans)
Enfant (de 3 à 4 ans**) - Jardin aquatique						11h
Enfant (de 4 à 5 ans**) - Jardin aquatique						11h45
Enfants (de 5 à 9 ans) Niveau Têtard	17h	16h45	9h30 10h30 14h	17h		
Enfants (de 5 à 9 ans) - Niveau Tortue	17h	17h45	9h30 10h30 16h	17h		
Enfants (de 5 à 12 ans) - Niveau Dauphin			9h30			
Enfants (de 7 à 12 ans) - Niveau Tortue			14h	16h45	9h30, 10h30	
Enfants (de 7 à 12 ans) - Niveau Dauphin			10h30	17h45	8h30, 10h30, 11h30	
Enfants (de 7 à 12 ans) - Niveau Espadon			15h		9h30, 10h30, 11h30	
Enfants (de 5 à 9 ans) - Niveau Dauphin			16h			
Enfants (de 5 à 12 ans) - Niveau Requin			15h			
Enfants (de 7 à 12 ans) - Niveau Requin					11h30	
Aquaphobie					8h30	
Adulte Débutants (16 ans et +)					8h30	
Adultes Perfectionnement (16 ans et +)			18h30		8h30	

* regroupement familiale / ** non révolu

Piscine Pierre et Marie Curie

	LUN	MAR	MER	JEU	VEN	SAM
Enfants Grands débutants (de 6 à 7 ans) Niveau Têtard				16h50		
Enfants (de 6 à 7 ans) Niveau Têtard - Crevette - Tortue	16h50	16h50			16h50	
Enfants (de 6 à 7 ans) Niveau Crevette - Tortue (+ 1m15 requis)			14h			10h30
Enfants (de 8 à 13 ans) - Niveau Têtard - Tortue		17h50				
Enfants Débutants (de 8 à 13 ans) Niveau Têtard - Crevette			9h30 15h			14h15
Enfants (de 8 à 13 ans) - Niveau Crevette - Tortue					18h	15h15
Enfants (de 8 à 13 ans) - Niveau Tortue - Dauphin	17h50		10h30 16h	18h		
Enfants (de 8 à 13 ans) - Niveau Tortue - Dauphin						16h15
Enfants (de 13 à 18 ans) Perfectionnement - Niveau Espadon			17h			
Adultes Débutants (18 ans et +)					13h	

Piscine de l'Illberg

	LUN	MAR	MER	JEU	VEN	SAM
Enfants (de 5 à 6 ans) Niveau Têtard - Tortue - Dauphin		16h45	9h30 10h30 14h15	16h45	16h45	10h30
Enfants (à partir de 7 ans) Niveau Têtard - Tortue - Dauphin - Requin	16h45 17h45	17h45	11h30 15h15 16h15	17h45	17h45	11h30
Enfants (de 10 à 14 ans) Niveau Dauphin Or - Requin - Epaulard			17h15			
Enfants (de 12 à 15 ans) Niveau Dauphin Or - Requin - Epaulard						15h
Jeunes (de 14 à 17 ans) Niveau Requin Bronze - Epaulard						14h
Adultes Débutants (16 ans et +)	18h45					9h30
Adultes Perfectionnement (16 ans et +)	18h45			18h45		9h30

Piscine de Bourtzwiller

	MAR	MER	JEU	VEN	SAM
Enfant (de 3 à 5 ans) - Jardin aquatique		9h30			
Enfants (de 4 à 5 ans) - Niveau Têtard - Crevette	17h				
Enfants (de 6 à 18 ans) - Niveau Tortue - Espadon	18h	17h		18h	
Enfants (de 4 à 5 ans) - Niveau Têtard		10h30 14h 15h	16h45		
Enfants (de 4 à 5 ans) - Niveau Crevette - Tortue		14h - 15h			
Enfants (de 6 à 8 ans) - Niveau Têtard - Crevette		16h		17h	
Préparation BNSSA (sélection MNS)		18h			
Enfants (de 6 à 18 ans) - Niveau Tortue - Dauphin			17h45		10h30