



STAGE J'APPRENDS A NAGER

Pour qui ? Pour les **enfants de 6 à 12 ans** ne sachant pas nager

10 séances de natation d'1h à la Piscine Municipale d'Allonnes.

DU LUNDI 16 AU VENDREDI 27 FEVRIER

DATES	GROUPE 1	GROUPE 2
LUNDI 16	19H-20H	
MARDI 17	12h-13h	13H-14H
MERCREDI 18	12h-13h	13H-14H
JEUDI 19	19h-20h	19h-20h
VENDREDI 20	12h-13h	13H-14H
LUNDI 23	12h-13h	13h-14h
MARDI 24	12h-13h	13H-14H
MERCREDI 25	12h-13h	13H-14H
JEUDI 26	19h-20h	19h-20h
VENDREDI 27	12h-13h	13h-14h

Ne pas oublier : Maillot de bain, serviette.

TARIF : 20€

INSCRIPTION

MARDI 3 & MARDI 10 FEVRIER

DE 18H45 à 19H45,

Au bureau de la JSA Natation (sous la piscine d'Allonnes)

OU

Informations / Inscription sur notre site internet





STAGE PASS'SPORT DE L'EAU

Votre enfant a validé l'ASNS et est invité à participer à notre stage Pass'Sport de l'eau ! Il découvrira et travaillera : La Natation de Course / La Natation Artistique / Le Plongeon

DU LUNDI 16 AU VENDREDI 20 FEVRIER

JOUR	DOJO (<i>Jean Launay</i>)	PISCINE
LUNDI	15h-16h	16h-17h30
MARDI, JEUDI, VENDREDI		
MERCREDI	Pas de séance en dojo	15H-16H30

Vendredi 17h30-18h30 nous demandons aux familles d'apporter gâteaux et boissons afin de finir la semaine sur un gouter convivial

Ne pas oublier : Maillot de bain, lunettes, gourdes, tenues & chaussures de sport.

TARIF : 20€

INSCRIPTION ICI



<https://www.helloasso.com/associations/jsa-natation/evenements/stage-fevrier-2026>



STAGE PASS'SPORT DE L'EAU

Votre enfant a validé l'ASNS et est invité à participer à notre stage Pass'Sport de l'eau ! Il découvrira et travaillera : La Natation de Course / La Natation Artistique / Le Plongeon

DU LUNDI 16 AU VENDREDI 20 FEVRIER

JOUR	DOJO (<i>Jean Launay</i>)	PISCINE
LUNDI	15h-16h	16h-17h30
MARDI, JEUDI, VENDREDI		
MERCREDI	Pas de séance en dojo	15H-16H30

Vendredi 17h30-18h30 nous demandons aux familles d'apporter gâteaux et boissons afin de finir la semaine sur un gouter convivial

Ne pas oublier : Maillot de bain, lunettes, gourdes, tenues & chaussures de sport.

TARIF : 20€

INSCRIPTION ICI



<https://www.helloasso.com/associations/jsa-natation/evenements/stage-fevrier-2026>



STAGE AVENIRS ET PASS'COMPETITION

Votre enfant a validé le Pass'Sport de l'eau et est invité à participer à notre stage Pass'Compétition ! Il découvrira et travaillera les coulées, les départs, les virages et les différentes techniques de nage.

DU LUNDI 23 FEVRIER AU VENDREDI 27 FEVRIER

JOUR	DOJO (<i>Jean Launay</i>)	PISCINE
LUNDI, MARDI, JEUDI, VENDREDI	15H-16H	16H-17H30
MERCREDI	Pas de séance en dojo	15H-16H30

Ne pas oublier : Maillot de bain, lunettes, gourdes, tenues & chaussures de sport.

TARIF : 20€

INSCRIPTION ICI



<https://www.helloasso.com/associations/jsa-natation/evenements/stage-fevrier-2026>



STAGE AVENIRS ET PASS'COMPETITION

Votre enfant a validé le Pass'Sport de l'eau et est invité à participer à notre stage Pass'Compétition ! Il découvrira et travaillera les coulées, les départs, les virages et les différentes techniques de nage.

DU LUNDI 23 FEVRIER AU VENDREDI 27 FEVRIER

JOUR	DOJO (<i>Jean Launay</i>)	PISCINE
LUNDI, MARDI, JEUDI, VENDREDI	15H-16H	16H-17H30
MERCREDI	Pas de séance en dojo	15H-16H30

Ne pas oublier : Maillot de bain, lunettes, gourdes, tenues & chaussures de sport.

TARIF : 20€

INSCRIPTION ICI



<https://www.helloasso.com/associations/jsa-natation/evenements/stage-fevrier-2026>

DU LUNDI 16 AU VENDREDI 20 FEVRIER

	SES KENNEDY 6/5 ESPOIRS	SES KENNEDY 4/3 SSS MALRAUX COMPETITION A	COMPETITION B
LUNDI 16	17h30-18h PPG et 18h-19 nat	7h30-9h45 et 17h45-18h30 PPG ext et 18h30-20h15 nat	18h30-20h15 nat
MARDI 17	12h-14h nat / 14h-17h30 étirement jeux d'équipe / 17h30-18h PPG basin et 18h-19h nat	12h-14h nat / 14h-17h étirement récup et jeux d'équipe / 17h-18h30 PPG ext et 18h40-20h30 nat	17h-18h30 PPG ext et 18h40-20h30 nat
MERCREDI 18	12h-14h nat / 14h-16h30 jeux d'équipe / 16h45-17h45 nat	12h-14h nat + activité 15h-16h30 ?	-
JEUDI 19	7h30-9h45 et 17h45-18h30 PPG ext et 18h30-20h30 nat	7h30-9h45 et 17h45-18h30 PPG ext et 18h30-20h30 nat	18h30-20h30 nat
VENDREDI 20	12h-14h nat / 18h30-20h15 nat	12h-14h nat / 18h30-20h15 nat	18h30-20h15 nat
SAMEDI 21 & DIMANCHE 22	17h30-18h30 nat (samedi)		17h30-18h30 nat (samedi)

SEMAINE DE STAGE = 20€

DU LUNDI 23 AU VENDREDI 27 FEVRIER

	SES KENNEDY 6/5 ESPOIRS	SES KENNEDY 4/3 SSS MALRAUX COMPETITION A	COMPETITION B
LUNDI 23	17h45-18h30 PPG ext et 18h30-20h15 nat	17h45-18h30 PPG ext et 18h30-20h15 nat	18h30-20h15 nat
MARDI 24	12h-14h nat / 14h-17h30 étirement jeux d'équipe / 17h30-18h PPG basin et 18h-19h nat	12h-14h nat / 14h-17h30 étirement jeux d'équipe / 17h30-18h PPG basin et 18h-19h nat	12h-14h nat
MERCREDI 25	12h-14h nat / 14h-16h30 jeux d'équipe / 16h30-17h30 nat	12h-14h / 14h-17h30 jeux d'équipe / 17h30-19h15 nat	12h-14h nat
JEUDI 26	Activité le matin ? / 18h45-20h15 nat	Activité le matin ? / 18h45-20h15 nat	18h45-20h15 nat
VENDREDI 27	12h-14h nat / 14h-17h étirement récup et jeux d'équipe / 17h-18h30 PPG ext et 18h40-20h15 nat	12h-14h nat / 14h-17h étirement récup et jeux d'équipe / 17h-18h30 PPG ext et 18h40-20h15 nat	18h40-20h15 nat
SAMEDI 28 DIMANCHE 1			-

SEMAINE DE STAGE = 20€ / OU STAGE 72 DIJON CALELLA

