**PROGRAMME NATIONAL**

**DE CERTIFICATION DES ENTRAÎNEURS**

**NATATION 101**

**Piscine du Centre Sportif - Gatineau**

**Date :** Du 13/09/2016 au 15/09/2016

**Endroit :** [Centre Sportif Gatineau 850 Boulevard de la Gappe, Gatineau, QC J8T 7T7](https://www.google.com/maps/place/Centre%2BSportif%2Bde%2BGatineau/%4045.4404604%2C-75.8235176%2C12z/data%3D%214m8%211m2%212m1%211sComplexe%2Baquatique%2BGatineau%2B%213m4%211s0x4cce1b1130f33277%3A0xb7146374d1d9ee16%218m2%213d45.483432%214d-75.681832)

 Responsable  André Nolin

**Prévoir :** Crayon et feuilles de papiers

 Maillot, casque de bain et 2 serviettes

 Ordinateur portable et/ou tablette si vous en avez

 Cadenas pour casier

 Sandale antidérapante (optionnel)

**Vendredi, 13 septembre 2019**

17h15-18h45 :- Accueil et introduction (classe)

 - Science de la natation (classe)

18h45-20h00 : - Enseignement et apprentissage (classe)

20h00-21h30 : - Science, sécurité et godille (piscine)

**Samedi, 14 septembre 2016**

8h30 à 10h15- Développement à long terme de l’athlète (Classe)

10h15 à 12h15 - Styles de nage (classe)

12h15 à 13h15 Dîner

13h15 à 15h45 - Départs et virages (classe)

16h à 18h - Styles de nage (piscine)

18h à 18h30 - Retour sur enseignement

**Dimanche, 15 septembre 2016**

8h30-9h30 - Règlements (classe)

10h00 à 12h00-Départs et virages (piscine)

12h00 à 12h00 Dîner

13h00 à 15h30 - Planification et gestion de groupe (classe)

15h30 à 16h00 - Retour sur enseignement

16h00 à 17h00 - Retour sur le stage

**Classe** - Cheminement de l’entraîneur (prochaine étape)

 - évaluation du stage

 - Fin du stage