

Nage synchronisée

La nage synchronisée est une discipline aquatique qui mélange danse et natation. Aussi, fait-elle fait preuve de grâce, d'élégance et de beauté.

Très exigeante, la nage synchronisée demande une grande capacité cardio-respiratoire et de l'énergie musculaire. Les nageuses et nageurs doivent être souples, puissants, créatifs et endurants.

Cette discipline exige aussi de la concentration pour suivre le rythme musical, se déplacer et se repérer en trois dimensions dans l'eau.



La formation sera dispensée par Fushia. À son actif : médaillée d'or à des nombreuses compétitions en duo, solo ou équipe. Ancienne membre de l'équipe Québec de 2012, médaillée d'or à la compétition internationale en Jamaïque.



Apprentissages visés

Initiation aux positions de base

Initiation aux mouvements de base

Initiation aux techniques de routines

Développement de sa concentration et de sa créativité

Semaine 15 juillet

- Coût additionnel au tarif de base : 55\$
(Exemple : avec tarif de base de 144\$ + 54\$ = 199\$)
- Âges : 8 à 11 ans, mixte
- Le jeune doit être complètement autonome dans une piscine
- Places limitées (15 jeunes)
- Ateliers de 9h à 11h du lundi au vendredi, présentation d'un spectacle aux parents lors de la remise des médailles de notre semaine des Olympiades le vendredi après-midi; activités régulières en après-midi les autres jours.
- Serviette de plage (28x58) à l'effigie du camp de jour remise à chaque jeune

