



Signature du Secrétaire Général

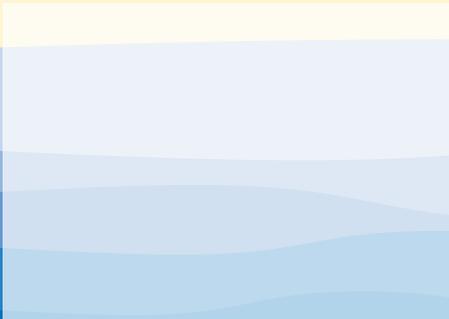
80, bd du général Leclerc - B.P.3
92113 CLICHY-LA-GARENNE Cedex
Tél : 01 42 42 95 34 - Fax : 01 47 60 28 91

E.mail : snpmnsinfo@gmail.com
Site : www.snpmns.com

Coordonnées de l'établissement ou du M.N.S. :

.....
.....
.....

Cachet de l'établissement ou du M.N.S. :



Signature du Président

23, rue de la Sourdière - 75001 PARIS

Sécu'Nage

par le

Maître Nageur Sauveteur

Diplômé d'Etat

Savoir se sauver



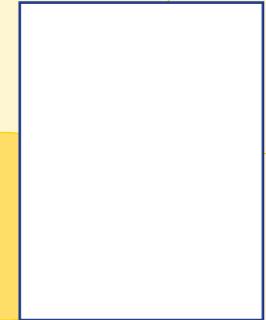
Savoir nager



Savoir sauver



Volet réservé aux coordonnées personnelles du titulaire de ce livret.



Titulaire

Nom :

Prénoms :

Adresse :

Tél. :

Date et lieu de naissance :

Test du "Savoir se sauver"

Valide la capacité du test d'aisance aquatique à :

1^{ère} partie Sans brassière de sécurité

- 1) à partir d'une chute arrière volontaire
- 2) réaliser une flottaison sur le dos pendant 5 secondes
- 3) réaliser une sustentation verticale pendant 5 secondes
- 4) nager sur le ventre sur 20 m ou plus sans interruption avec un minimum d'efficacité comprenant un passage sous une ligne d'eau non tendue.
- 5) parcours effectué sans manifester de signe de panique.

2^{ème} partie optionnelle avec brassière de sécurité, si le candidat a réussi la première partie sans brassière.

Test réalisé avec brassière :

Oui	Non
<i>(rayez la mention inutile)</i>	

Test obligatoire pour la pratique de toutes les activités aquatiques et nautiques conforme à l'arrêté du 25 avril 2012 portant application de l'article R.227-13 du code de l'action sociale et des familles.

Nom Prénom et
N° du diplôme du M.N.S.
Date et Signature

Test du "Savoir nager" A l'école et au collège

Arrêté du 9-7-2015 - J.O. du 11-7-2015

Le savoir-nager correspond à une maîtrise du milieu aquatique. Il reconnaît la compétence à nager en sécurité, dans un établissement de bains ou un espace surveillé (piscine, parc aquatique, plan d'eau calme à pente douce).

Parcours à réaliser en continuité, sans reprise d'appuis au bord du bassin et sans lunettes :

- 1) à partir du bord de la piscine, entrer dans l'eau en chute arrière ;
- 2) se déplacer sur une distance de 3,5 mètres en direction d'un obstacle ;
- 3) franchir en immersion complète l'obstacle sur une distance de 1,5 mètre ;
- 4) se déplacer sur le ventre sur une distance de 15 mètres ;
- 5) au cours de ce déplacement, au signal sonore, réaliser un surplace vertical pendant 15 secondes puis reprendre le déplacement pour terminer la distance des 15 mètres ;
- 6) faire demi-tour sans reprise d'appuis et passer d'une position ventrale à une position dorsale ;
- 7) se déplacer sur le dos sur une distance de 15 mètres ;
- 8) au cours de ce déplacement, au signal sonore réaliser un surplace en position horizontale dorsale pendant 9 secondes, puis reprendre le déplacement pour terminer la distance des 15 mètres ;
- 9) se retourner sur le ventre pour franchir à nouveau l'obstacle en immersion complète ;
- 10) se déplacer sur le ventre pour revenir au point de départ.

Connaissances et attitudes :

- 11) savoir identifier la personne responsable de la surveillance à alerter en cas de problème ;
- 12) connaître les règles de base liées à l'hygiène et la sécurité dans un établissement de bains ou un espace surveillé ;
- 13) savoir identifier les environnements et les circonstances pour lesquels la maîtrise du savoir-nager est adaptée.

Nom Prénom et
N° du diplôme du M.N.S.
Date et Signature

Test du "Savoir nager"

Valide la capacité à :

- 1) gérer une distance supérieure ou égale à 50 m sans interruption,
- 2) sur le ventre comme sur le dos
- 3) sans aucune aide, (flotteur, brassières, gilet)
- 4) départ, sauté ou plongé
- 5) avec une démonstration technique liée au moins à l'une des trois nages ventrales (papillon, brasse, crawl) sur 25 m et retour sur le dos sur une distance au moins égale à 25 m.

DISTANCE ET STYLE RÉALISÉS :

TEMPS RÉALISÉ (FACULTATIF) :

Nom Prénom et
N° du diplôme du M.N.S.
Date et Signature

Test du "Savoir sauver"

Valide la capacité à :

- 1) nager la tête hors de l'eau sur 20 m, (12,5 m pour les enfants jusqu'aux classes de CM2), départ sauté, sans support flottant ni aide.
- 2) suivit d'un plongeon canard pour aller rechercher un mannequin enfant ou adulte à une profondeur minimum de 2 m
- 3) puis à la surface, le remorquer ou une personne de même corpulence en maintenant son visage hors de l'eau, sur au moins 20 m (12,5 m pour les enfants jusqu'aux classes de CM2)
- 4) puis le sortir de l'eau et alerter
- 5) le tout en moins de 3 min
- 6) autres distances

PROFONDEUR DE RECHERCHE :

TEMPS RÉALISÉ :

DISTANCE DE SAUVETAGE :

Nom Prénom et
N° du diplôme du M.N.S.
Date et Signature