

Adhésion

Association loi 1901

Nager dans le bonheur

Adhésion obligatoire :

15 € l'année ou 5 € le mois

Contacts

Catherine, Sandra, Levanna et Gilles :

☎ 06 07 53 78 18 ou 06 80 42 84 68

✉ nagerdanslebonheur@gmail.com

🌐 www.nagerdanslebonheur.com



Catherine Proteau

Conseillère Technique Nationale en aquaphobie et relaxation aquatique FFMNS. Formatrice au Brevet Fédéral Aquaphobie. Maître-Nageur, sauveteur, éducateur sportif en sport adapté, sophrologue, hypnothérapeute, conférencière et autrice.



Retrouvez toutes nos activités nautiques...



...et découvrez notre partenaire
www.eol-experience.com



Ne pas jeter sur la voie publique.

nager dans le bonheur



ÉCOLE DE NATATION
Cours & Bien-être aquatique



Cet été, vibrez au rythme de la mer avec nous !

Depuis 25 ans à Théoule-sur-Mer dans les calanques de l'Estérel

> Plage de la Figueirette

Les Lundi | Mercredi | Vendredi

> Plage du Château

Les Mardi | Jeudi | Samedi



Programme

- 9h : Aquabike
- 10h : Aquagym
- 11h : Cours de natation débutants (dés 3 ans)
- 11h30 : Cours de natation perfectionnement
- 12h : Cours de Sirènes

Tarifs



- Aquabike : 25€/cours - 220€/10 séances
- Aquagym : 10€/cours
- Cours de natation débutants (dés 3 ans) : 150€/6 cours
- Cours de natation perfectionnement : 30€/30mn
- Cours de Sirènes : 50€/heure

À découvrir

JANZU : Soin aquatique permettant le relâchement des tensions physiques émotionnelles ou psychiques : 50€/30mn en mer

Stages d'Aquaphobie :

Weekends et semaines

Cours à domicile : Sur rendez-vous



Balade palmée en surface

Venez découvrir le monde merveilleux sous-marin des récifs côtiers de l'Estérel. Encadrée par une monitrice de plongée passionnée, diplômée d'état, cette balade palmée est organisée les lundis, mercredis, vendredis de 9h à 12h.

NOUVEAUTÉ

À noter :

- > Savoir nager/8 ans minimum
- > Possibilité sur demande d'organiser des sorties le week-end avec un minimum de 5 adultes

Tarifs

Sur réservation

- 45 €
- Enfants de 8 à 12 ans : 35€
- Accompagnants (sous réserve de place à bord) : 30€
- Privatisation du bateau pour de la randonnée palmée encadrée : 600 €
- En cas de météo défavorable la sortie sera reportée ou remboursée



- ✓ Prêt de l'équipement palmes, masque et combinaison
- ✓ Déplacement en bateau sur le site des calanques de l'Estérel
- ✓ Une heure de balade palmée encadrée en groupe de 8 personnes maximum
- ✓ Explication de la vie marine et des espèces rencontrées
- ✓ Retour en bateau

Stages

« Les Sirènes de l'Estérel »

- > **Stage Sirénéa (adulte) avec sorties dans les calanques :** 1h d'apprentissage de la nage des sirènes au départ de la plage + une demi-journée pour nager comme une sirène dans les calanques de l'Estérel et ses îles avec reportage photo sous l'eau inclus : 199 €
- > **Stage petite sirène avec sorties dans les calanques :** 2 cours + demi-journée dans les calanques de l'Estérel avec reportage photo sous l'eau : 239 €