



Fédération Française des
Maîtres-Nageurs Sauveteurs

Signature du Président



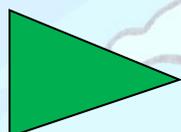
Syndicat National Professionnel
des Maîtres Nageurs Sauveteurs

Signature du Secrétaire Général

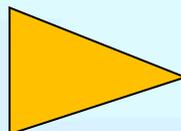
Brevet de Natation Sauvetage

Titre obtenu :

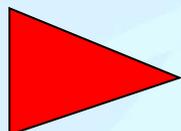
Temps de déroulement de l'épreuve, pour information :



Délivré à :
(Nom et Prénom)



Date de naissance :



Lieu de l'examen :

M.N.S. Examineur

Nom et Prénom :

N° de diplôme :

Date et signature :

Giovanni

Epreuves pour la délivrance du : Brevet de Natation Sauveteur

Titre : Nageur Sauveteur Apprenti Niveau 1

Compétences à acquérir en profondeur inférieure à la taille du candidat :

- 1) Nager 10 mètres en position ventrale, sans reprise d'appuis au sol et rechercher un objet lesté immergé à au moins 1mètre.
- 2) Nager 10 mètres en position ventrale, sans reprise d'appuis au sol et rechercher un objet lesté à au moins 1mètre puis le ramener sur 10 mètres en nage dorsale.
- 3) Etre capable de rester en position verticale, tête hors de l'eau, pendant 15 secondes.
- 4) Etre capable de se déplacer en rétro-pédalage ou jambes de brasse sur 10 mètres avec l'aide des mains, en position semi-assise sur le dos.

Epreuve chronométrée pour information : A partir d'un saut dans la partie profonde du petit bain, réaliser une nage ventrale sur 10 mètres, recherche d'un objet lesté immergé à une profondeur d'au moins 1 mètre puis le ramener en rétro-pédalage ou jambes de brasse sur 10 mètres, sans l'immerger et sortir de l'eau par le bord du bassin.

Titre : Nageur Sauveteur Apprenti Niveau 2

Compétences à acquérir en profondeur supérieure à la taille du candidat :

- 1) A partir d'un saut, avec les jambes serrées et les mains le long du corps, toucher le fond, remonter passivement, puis maintenir un rétro-pédalage stationnaire pendant 15 secondes.
- 2) A partir d'un saut, avec les jambes serrées et les mains le long du corps, toucher le fond, se saisir d'un objet lesté puis réaliser un rétro-pédalage stationnaire pendant 15 secondes et revenir au bord du bassin avec l'objet maintenu hors de l'eau.
- 3) Départ dans l'eau, réaliser une glissée ventrale et enchaîner un plongeon canard permettant d'atteindre le fond du bassin sans autre mouvement, attraper un objet lesté puis revenir au bord du bassin en rétro-pédalage ou jambes de brasse en maintenant l'objet hors de l'eau.

Epreuve chronométrée pour information : A partir d'un saut ou d'un plongeon, réaliser une nage d'approche, tête hors de l'eau, sur 12.50 mètres, effectuer un plongeon canard afin d'aller chercher un objet lesté immergé puis revenir au bord du bassin en rétro-pédalage ou jambes de brasse en maintenant l'objet hors de l'eau et sortir de l'eau par le bord du bassin.

Titre : Nageur Sauveteur Niveau BRONZE

Compétences à acquérir en profondeur supérieure à la taille du candidat :

- 1) Etre capable de remorquer un mannequin figuratif de type scolaire en position réglementaire, avec prise sous l'aisselle, sur une distance de 10 à 15 mètres.
- 2) Après un saut ou un plongeon du bord du bassin, réaliser une nage d'approche sur une distance de 25 mètres, enchaîner un plongeon canard afin de rechercher un objet lesté, puis ramener l'objet maintenu hors de l'eau, en rétro-pédalage, sur une distance de 12.50 mètres.
- 3) A partir d'une glissée ventrale, enchaîner un plongeon canard pour se saisir d'un mannequin figuratif de type scolaire, le ramener au bord sans immerger le visage sur une distance d'environ 5 mètres.
- 4) A partir d'un saut ou d'un plongeon du bord du bassin, réaliser une nage d'approche sur une distance de 12.50 mètres puis un plongeon canard afin de se saisir d'un mannequin figuratif de type scolaire et le ramener en rétro-pédalage sur une distance de 12.50 mètres sans immerger le visage.

Epreuve chronométrée pour information : A partir d'un saut ou d'un plongeon, réaliser une nage d'approche sur une distance de 25 mètres, enchaîner un plongeon canard afin de se saisir d'un mannequin figuratif de type scolaire, le ramener en rétro-pédalage sur une distance de 25 mètres, sans immerger le visage, puis le sortir de l'eau et simuler une alerte aux secours extérieurs.

Titre : Nageur Sauveteur Niveau ARGENT

Compétences à acquérir en profondeur supérieure à la taille du candidat avec mannequin figuratif de type scolaire pour tout candidat âgé de moins de 15 ans et de type adulte pour tout candidat âgé de 15 ans et plus

- 1) Etre capable de sécuriser son approche auprès d'une victime.
- 2) Etre capable de réaliser une sortie de l'eau avec une personne de même corpulence.
- 3) A partir d'un saut ou d'un plongeon, réaliser une nage d'approche sur une distance de 25 mètres, enchaîner un plongeon canard afin de se saisir d'un mannequin figuratif, de type scolaire pour tout candidat âgé de moins de 15 ans ou de type adulte pour tout candidat âgé de 15 ans et plus, puis ramener ce mannequin, ou une personne de même corpulence, en rétro-pédalage sur une distance de 25 mètres sans immerger le visage, le (ou la) sortir de l'eau et simuler une alerte aux secours extérieurs.

Epreuve chronométrée pour information : A partir d'un saut ou d'un plongeon, réaliser une nage d'approche sur une distance de 25 mètres, enchaîner un plongeon canard afin de se saisir d'un mannequin figuratif, de type scolaire pour tout candidat âgé de moins de 15 ans ou de type adulte pour tout candidat âgé de 15 ans et plus, ramener ce mannequin, ou une personne de même corpulence, en rétro-pédalage sur une distance de 25 mètres sans immerger le visage, puis le (ou la) sortir de l'eau et simuler une alerte aux secours extérieurs.

Titre : Nageur Sauveteur Niveau OR

Epreuve chronométrée pour information : A partir d'un saut ou d'un plongeon, réaliser 100 mètres en nage libre, puis en fonction de la taille du bassin réaliser une approche et enchaîner avec un plongeon canard afin de se saisir d'un mannequin figuratif, de type scolaire pour tout candidat âgé de moins de 15 ans ou de type adulte pour tout candidat âgé de 15 ans et plus, ramener ce mannequin, ou une personne de même corpulence, en rétro-pédalage sur une distance de 25 mètres sans immerger le visage, puis le (ou la) sortir de l'eau et simuler une alerte aux secours extérieurs.

Titre : Nageur Sauveteur Confirmé

Epreuve chronométrée pour information : A partir d'un saut ou d'un plongeon, réaliser 200 mètres 4 nages avec virages réglementaires, selon les règlements de la Fédération Internationale de Natation Amateur (F.I.N.A.), puis en fonction de la taille du bassin réaliser une approche tête hors de l'eau pour enchaîner sur un plongeon canard afin de se saisir d'un mannequin figuratif, de type scolaire pour tout candidat âgé de moins de 15 ans ou de type adulte pour tout candidat âgé de 15 ans et plus, ensuite ramener ce mannequin, ou une personne de même corpulence, en rétro-pédalage sur une distance de 25 mètres sans immerger le visage, puis le (ou la) sortir de l'eau et simuler une alerte aux secours extérieurs.

** Ce document pédagogique, élaboré conjointement par la Fédération Française des Maîtres Nageurs-Sauveteurs et le Syndicat National Professionnel des Maîtres Nageurs Sauveteurs, valide une compétence en natation-sauveteur qui ne suffit pas pour assurer un poste de sauveteur aquatique professionnel ou bénévole **