



Syndicat National Professionnel
des Maîtres Nageurs Sauveteurs

Signature du Secrétaire Général

80, BD du Général Leclerc B.P.3
92113 Clichy-la-Garenne Cedex
Tel : 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. :

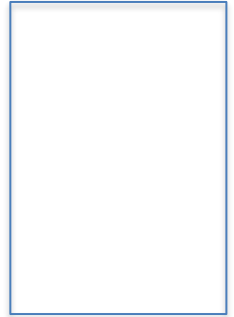


Signature du Président

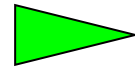
23 rue de la Sourdière 75001 Paris

Sécu'Nage

par le
Maître-Nageur Sauveteur
Diplômé d'Etat



Titulaire



Savoir se sauver



Nom :

Prénom :

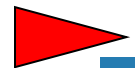


Savoir nager



Adresse :

Date et lieu de naissance :



Savoir sauver



Nationalité :

Test du « savoir se sauver »

Valide la capacité du test d'aisance aquatique à :

1^{ère} partie sans brassière de sécurité et sans lunettes

- 1) A 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 20m 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

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 ;
- 10) se retourner sur le ventre pour franchir à nouveau l'obstacle en immersion complète ;
- 11) se déplacer sur le ventre pour revenir au point de départ. Connaissances et attitudes :
- 12) savoir identifier la personne responsable de la surveillance à alerter en cas de problème ;
- 13) connaître les règles de base liées à l'hygiène et la sécurité dans un établissement de bains ou un espace surveillé ;
- 14) 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 50m 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 codifiées (papillon, brasse, crawl) et le dos crawlé. 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 20m, (12.5m 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 du gabarit du sauveteur à une profondeur minimum de 2m
- 3) puis à la surface, le remorquer ou une personne de même corpulence en maintenant son visage hors de l'eau, sur au moins 20m (12.5m pour les enfants jusqu'aux classes de CM2)
- 4) puis le sortir de l'eau et alerter
- 5) Le tout en moins de 3'.
- 6) Autres distances

Profondeur de recherche :

Temps réalisé :

Distance de sauvetage :

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