

ATTESTATION DE NATATION SAUVETAGE

Je soussigné(e)

Titulaire du diplôme.....numéro :me conférant le titre

de Maître-Nageur Sauveteur, n° de carte professionnelle :

Mail :Téléphone :

Lieu d'exercice (nom de la structure, ville et code postal) :

Certifie que : M, Mme (rayez la mention inutile), NOM Prénom.....

né (e) le.....à.....

A satisfait sous mon contrôle aux épreuves suivantes :

Épreuve n°1 : Natation/Palmage

- Un départ sauté ou plongé suivi de 200m en crawl avec palmes, en moins de 3 minutes 50 secondes.

Validé

Non validé

Temps réalisé (à titre indicatif) :

Observations :

Épreuve n°2 : Parcours de 150 m

- Un départ plongé suivi de :
 - 25 m crawl,
 - 25 m en nage au choix, recherche de mannequin à 1.80m, remorquage du mannequin sur 15 m, terminer la longueur en nage au choix,
 - 25 m dos crawlé,
 - 25 m brasse avec passage au 15m dans 1 cerceau immergé,
 - 25 m crawl.

Validé

Non validé

Observations :

Les épreuves doivent être réalisées de manière enchaînée, sans reprise d'appuis, dans le respect réglementaire des nages visées. Épreuves réalisées en maillot de bain, lunettes et bonnet de bain.

Fait à : Le :

Certifié exact, Nom Prénom Signature du MNS, et tampon de la structure ayant accueilli la

réalisation de ce test.