

# FAQ – iSwim École de Natation

## 1. Comment fonctionne l'inscription ?

Pas d'inscription automatique.

Nous plaçons chaque participant manuellement après votre e-mail, selon l'âge, le niveau et le moniteur le plus adapté, afin d'assurer une progression optimale.

## 2. Que faut-il apporter pour le cours ?

- Maillot de bain
- Serviette / peignoir
- Bonnet iSwim obligatoire (fourni)
- Élastique pour attacher les cheveux longs
- Sandales conseillées
- En hiver : bonnet en laine pour le retour à la maison

Le bonnet protège les oreilles (moins d'otites), garde les cheveux en partie secs et facilite le départ après les cours.

## 3. Les lunettes de natation ?

Jusqu'au niveau 4, elles sont déconseillées pour des raisons de sécurité : l'enfant doit apprendre à s'orienter et ouvrir les yeux dans l'eau. Ensuite, libre choix.

## 4. Les parents peuvent-ils assister aux cours ?

Oui, à Cheseaux et Ecublens, uniquement en tenue de bain et assis aux places prévues.

Pour le bon déroulement des cours :

- évitez de rester au bord du bassin sauf nécessité (enfants débutants),
- pas d'interférences ni de consignes durant les cours,
- pas de photos ni vidéos sans autorisation.

Vous pouvez accompagner l'enfant, revenir le chercher et observer les progrès occasionnellement.

Moins de parents au bord = meilleur déroulement des cours.

## 5. Comment annoncer une absence ?



info@iswim.ch

L'e-mail est la seule preuve valable pour l'octroi d'un report.

Pour les appels, nous répondons dès que possible, mais nous sommes souvent en cours.

## 6. Puis-je demander un remboursement ?

Pas de remboursement selon les Conditions Générales.

Un report ou crédit peut être accordé dans des cas exceptionnels.

## 7. Les assurances complémentaires remboursent-elles les cours ?

Certaines assurances complémentaires participent aux frais pour les cours de natation.

Renseignez-vous auprès de votre caisse.

Formulaire d'attestation disponible : remplissez-le et renvoyez-le-nous. Nous vous transmettrons un document officiel par la suite.

## 8. Validation des niveaux

Évaluation continue durant les leçons, sans examen ni journée test.

### **9. Comment choisir le niveau ?**

Descriptions disponibles sur la page formulaire de contact.

En cas de doute, nous vous conseillons volontiers.

### **10. Comment se passent les changements de groupe ?**

Décidé avec le moniteur et les parents, selon la progression et le bien-être de l'enfant.

### **11. Comment savoir quand mon enfant valide un niveau ?**

Le moniteur informe l'enfant, les parents et la direction.

Le niveau est mis à jour sur le Kids Pass.

### **12. Quels sont les bienfaits de la natation ?**

Améliore la coordination, la confiance, l'endurance et la mobilité, tout en limitant les blessures. Convient à tous les âges et niveaux.

### **13. Quelle est la température de l'eau dans nos bassins ?**

Entre 28°C et 30°C, idéal pour apprendre.

Plus chaud = fatigue rapide, inconfort et mauvaise habitude (refus ensuite de se baigner dans une eau « normale »).

### **14. Peut-on sauter un niveau ?**

Oui, si l'enfant progresse rapidement.

### **15. À quoi servent les niveaux 7-10 ?**

Maîtrise des 4 nages, technique, respiration, endurance.

Idéal pour aller plus loin ou faire de la natation une activité sportive régulière.

### **16. Mon enfant a obtenu le niveau 10. Et ensuite ?**

Possibilité de :

- Sport Pass
- Brevet jeunesse de sauvetage
- Devenir aide-moniteur dès 14 ans

### **17. Gestion des absences**

Dépend de la formule choisie (voir Conditions Générales).

Rattrapages possibles uniquement en cours privés et semi-privés à 2.

### **18. Quelle durée choisir : 30 min ou plus ?**

Nous recommandons 30 minutes pour les enfants et adultes débutants : meilleure concentration et progression.

Des séances plus longues peuvent être proposées après quelques cours, si réellement nécessaire.

### **19. Apprendre à nager adulte ?**

Oui, absolument.

Il n'y a pas d'âge pour commencer.

Avec motivation, régularité et une méthode adaptée, les adultes progressent souvent rapidement. La natation réduit le stress, améliore la respiration, renforce le corps en douceur, améliore la posture et la mobilité.

## **20. Entrée à la piscine**

Gratuite : nos piscines sont privatisées pendant nos cours.

## **21. Langues parlées par les moniteurs**

Cours en français, mais certains moniteurs parlent aussi : anglais, italien, allemand, espagnol, portugais, arabe, russe.  
Merci de nous signaler vos besoins linguistiques.

## **22. Paiement des cours**

À régler au plus tard le jour du premier cours, selon les moyens habituels.