

L'école de natation du Mons Hainaut Natation vous souhaite la bienvenue au sein de notre club !

Table des matières

1. Introduction	1
2. Horaire	2
3. Les compétitions des non-licenciés.....	2
4. Stages	3
5. Les différents niveaux de l'École de Natation	4
6. Cours adultes	5
7. Règlement d'Ordre Intérieur de l'École de Natation	5

1. Introduction

Bienvenue à l'École de Natation du Mons Hainaut Natation

L'École de Natation du Mons Hainaut Natation est bien plus qu'un simple lieu d'apprentissage : c'est une véritable école familiale où chaque nageur, quel que soit son âge ou son niveau, trouve sa place et peut évoluer à son rythme dans un environnement bienveillant, dynamique et motivant.

Nous accueillons les enfants dès l'âge de 3 ans, les adolescents ainsi que les adultes souhaitant découvrir la natation, apprendre à nager, perfectionner leur technique ou simplement pratiquer une activité sportive complète. Nos groupes sont organisés par âge et par niveau afin de garantir un apprentissage adapté aux besoins de chacun. Notre objectif principal est d'accompagner chaque nageur dans son développement aquatique en lui permettant d'acquérir des bases solides, de gagner en confiance et de progresser dans le plaisir. L'épanouissement de chaque enfant est au cœur de notre projet pédagogique. Nous accordons une attention particulière à la réussite individuelle, au respect du rythme de chacun et au développement de l'autonomie dans l'eau.

Pour garantir un enseignement de qualité, nos séances sont encadrées par une équipe passionnée et qualifiée composée de professeurs d'éducation physique, de nageurs expérimentés et de moniteurs brevetés par la Fédération Francophone Belge de Natation (FFBN). Tous partagent la même ambition : transmettre leur passion de la natation et accompagner chaque nageur vers la réalisation de ses objectifs.

L'apprentissage est réalisé selon une progression structurée et conforme aux recommandations de l'ADEPS et de la FFBN. Une séance de test gratuite est proposée afin d'évaluer le niveau du nageur et de l'orienter vers le groupe qui lui correspond le mieux.

Pour les nageurs qui le souhaitent et qui démontrent les aptitudes nécessaires, notre école constitue également une porte d'entrée vers la natation sportive et la compétition. Nous sommes fiers d'accompagner les jeunes talents dans leur progression tout en conservant les valeurs familiales qui font la force de notre club.

Les cours sont organisés dans les piscines communales de Quaregnon et de Cuesmes, où nous mettons tout en œuvre pour offrir un cadre d'apprentissage sécurisant, convivial et propice à la progression.

Rejoindre le Mons Hainaut Natation, c'est intégrer une grande famille où passion, apprentissage, dépassement de soi et plaisir de nager se conjuguent au quotidien.

2. Horaire

Piscine de Quaregnon

- Le mardi de 20h à 21h (groupe loisir ado de 11 à 18 ans)
- Le vendredi de 20h15 à 21h15 (enfants de 3 à 11 ans)

Piscine de Cuesmes

- Le jeudi de 20h45 à 21h45 (cours adultes)
- Le dimanche de 14h à 17h (enfants de 3 à 11 ans)
 - o Choix du créneau de préférence :
 - De 14h à 15h
 - De 15h à 16h
 - De 16h à 17h

Adresse des piscines

Piscine de Quaregnon : Rue des patriotes 4, 7390 Quaregnon

Piscine de Cuesmes : Voie de Wasmes 232, 7033 Cuesmes

3. Les compétitions des non-licenciés

Découverte de la compétition

Afin de permettre aux jeunes nageurs de découvrir l'univers de la compétition dans un cadre convivial et adapté, la Fédération Francophone Belge de Natation (FFBN) organise chaque année deux à trois compétitions destinées aux nageurs non licenciés.

Ces rencontres se déroulent généralement sur une demi-journée, le plus souvent le dimanche, dans différentes piscines de la province du Hainaut (Bernissart, Leuze, Charleroi, Soignies, etc.). Elles offrent aux enfants l'opportunité de vivre une première expérience de compétition tout en partageant un moment sportif et enrichissant avec d'autres jeunes nageurs.

La participation est accessible aux nageurs des groupes Jaune et supérieurs, âgés de 7 à 10 ans.

Lorsque votre enfant remplit les conditions requises pour participer à une compétition, un courrier électronique vous est envoyé. Vous disposez alors d'un délai de deux semaines pour confirmer ou non sa participation. En l'absence de réponse dans ce délai, l'inscription ne pourra malheureusement pas être prise en compte.

Les frais d'inscription aux compétitions sont inclus dans la cotisation annuelle. Seul un droit d'entrée d'environ 5 € par personne est généralement demandé aux parents souhaitant accéder aux gradins afin d'encourager leur enfant lors de l'événement.

Ces compétitions constituent une excellente occasion de développer la confiance en soi, le dépassement de soi et le plaisir de représenter son club dans une ambiance sportive et bienveillante.

4. Stages

Tout au long de l'année, le Mons Hainaut Natation organise plusieurs stages afin de permettre aux nageurs de continuer à progresser, de perfectionner leurs acquis et de partager des moments sportifs dans une ambiance conviviale et familiale.

Nous proposons :

- Une semaine de stage durant les vacances de Toussaint ;
- Une semaine de stage durant les vacances de Carnaval ;
- Une semaine de stage durant les vacances de Pâques ;
- Deux semaines de stage durant les vacances d'été, au mois de juillet.

Les stages se déroulent de 9h00 à 16h00, avec des garderies organisées avant et après les activités afin de répondre aux besoins des familles.

Chaque journée est composée de 1h30 de natation le matin, consacrée à l'apprentissage et au perfectionnement des différentes techniques de nage. L'après-midi est dédié à la pratique de diverses activités multisports organisées dans les infrastructures sportives situées à proximité de la piscine. Cette formule permet aux participants de développer leurs capacités physiques tout en découvrant de nouvelles disciplines dans un cadre ludique et stimulant.

Toutes les informations relatives aux stages (dates, horaires, modalités d'inscription, tarifs, etc.) sont communiquées directement aux membres du club par courrier électronique. Des affiches sont également placées dans les piscines de Cuesmes et de Quaregnon afin de tenir les familles informées des prochaines activités.

Enfin, toute l'actualité de l'École de Natation du Mons Hainaut Natation est régulièrement publiée sur notre page Facebook « **École de Natation du MHN** », où vous pourrez retrouver les annonces des stages, les événements du club ainsi que de nombreuses informations utiles tout au long de l'année.

5. Les différents niveaux de l'École de Natation

Afin de garantir un apprentissage adapté à chaque nageur, notre École de Natation est organisée en plusieurs groupes de niveau. Chaque enfant évolue à son propre rythme et progresse vers le groupe supérieur lorsqu'il maîtrise les compétences attendues.

Groupe Mauve

Ce premier niveau est consacré à la découverte du milieu aquatique. Les enfants apprennent à se familiariser avec l'eau, à s'immerger progressivement, à développer leur aisance aquatique et à gagner en confiance grâce à des activités ludiques et variées.

Groupe Bleu

Les nageurs consolident leur autonomie dans l'eau en travaillant les premières positions de flottaison, les déplacements et les bases de la sécurité aquatique. L'objectif est d'acquérir les fondements indispensables à l'apprentissage des différentes nages.

Groupe Vert

À ce stade, les enfants découvrent les techniques du dos crawlé et du crawl. Ils apprennent à coordonner leurs mouvements, à améliorer leur respiration et à réaliser leurs premières longueurs de manière structurée.

Groupe Jaune

Les nageurs perfectionnent les techniques du dos et du crawl tout en découvrant la brasse et les premières notions de nage sportive. Les départs, les coulées et les ondulations sont progressivement introduits afin de développer les compétences techniques.

Groupe Orange

Ce niveau est consacré au perfectionnement des quatre nages (crawl, dos, brasse et papillon). Les nageurs développent leur endurance, découvrent les virages et les techniques de compétition, tout en consolidant leurs acquis techniques.

Groupe Rouge

Destiné aux nageurs maîtrisant déjà les principales techniques de nage, ce groupe permet de maintenir et de perfectionner son niveau sans objectif compétitif. L'accent est mis sur l'endurance, la maîtrise technique et le plaisir de nager.

Tout au long de leur parcours, les nageurs sont accompagnés par nos moniteurs afin de progresser dans un environnement bienveillant, motivant et adapté à leurs capacités. L'objectif principal reste le même : permettre à chacun de s'épanouir dans l'eau, de prendre confiance en ses capacités et de développer le plaisir de nager.

6. Cours adultes

Parce qu'il n'y a pas d'âge pour apprendre à nager ou se perfectionner, le Mons Hainaut Natation propose également des cours spécialement dédiés aux adultes.

Les séances ont lieu **chaque jeudi de 20h45 à 21h45 à la piscine de Cuesmes** et s'adressent exclusivement aux adultes, du niveau débutant au niveau perfectionnement. Que vous souhaitiez vaincre votre appréhension de l'eau, apprendre les bases de la natation, améliorer votre technique ou simplement pratiquer une activité physique régulière, nos cours sont adaptés à vos objectifs et à votre rythme.

Dans une ambiance conviviale, bienveillante et familiale, chacun évolue selon ses capacités tout en bénéficiant d'un accompagnement personnalisé. L'objectif est de progresser dans le plaisir, sans pression, tout en développant sa confiance et ses compétences aquatiques.

Les cours sont encadrés par une équipe passionnée composée de professeurs d'éducation physique, de nageurs expérimentés et de moniteurs brevetés par la Fédération Francophone Belge de Natation (FFBN), garantissant un enseignement de qualité adapté aux besoins de chaque participant.

Rejoindre nos cours adultes, c'est intégrer un groupe dynamique où sport, progression et bonne humeur se retrouvent chaque semaine au bord du bassin.

7. Règlement d'Ordre Intérieur de l'École de Natation

Article 1 : Objet

Le présent règlement a pour but d'assurer le bon déroulement des cours de natation au sein de notre école, dans un cadre sécurisant, respectueux et pédagogique.

Article 2 : Inscriptions et Paiements

2.1. Inscription

L'inscription aux cours est obligatoire et se fait via l'application MonClub ou au secrétariat de l'école via l'adresse mail : mhn.ecole@gmail.com.

Une réponse est donnée dans les 5 jours ouvrables suivants.

2.2. Données administratives

Lors de l'inscription, les données suivantes de l'enfant sont demandées afin de pouvoir assurer l'enfant :

- Nom
- Prénom
- Date de naissance
- Adresse
- Nationalité
- Numéro de téléphone
- Adresse e-mail
- Droit à l'image

Il est également demandé si l'enfant a des besoins particuliers (exemple : situation médicale spécifique, langue maternelle autre que le français, etc.).

2.3. Paiement de la cotisation

Le paiement des frais d'inscription doit être effectué avant le début des cours (donc après le premier essai gratuit).

Aucun remboursement ne sera accordé sauf en cas de force majeure justifiée.

Dans le cas d'une absence justifiée par certificat médical de plus de 8 semaines, la demande de remboursement partiel de la cotisation peut être faite auprès du Conseil d'Administration qui décidera de sa recevabilité via l'adresse suivante :

mhn.tresorerie@gmail.com

2.4. Intervention de la mutuelle

Le document pour le remboursement « sport » de la mutuelle sera complété après paiement total de la cotisation.

Les documents peuvent être :

- Envoyés par mail à mhn.ecole@gmail.com ;
- Déposés à la piscine auprès de la responsable administrative pendant les cours de natation.

Le mail reste la façon la plus rapide d'obtenir une réponse.

Le document est complété dans les 5 jours ouvrables suivant sa réception par mail.

2.5. Coordonnées bancaires

Le paiement de la cotisation se fait sur le compte bancaire du club :

Mons Hainaut Natation ASBL

IBAN : BE54 0688 9143 7097

Communication :

Nom + prénom + créneau horaire

2.6. Montant de la cotisation

310 €/an pour le premier enfant. À partir du 2^{ème}, une réduction de 50€/enfant est comptée.

240€/an pour les adultes

Si un ou les deux parents participent aux cours adultes, 25€ de réduction sur la cotisation de l'adulte.

Article 3 : Accès aux Installations

3.1.

L'accès aux vestiaires est autorisé 15 minutes avant et après le cours.

3.2.

Les parents ne sont pas autorisés à rester dans les vestiaires durant les cours.

Ils peuvent suivre les cours depuis l'espace cafétéria ou depuis l'extérieur de la piscine.

3.3.

À Cuesmes, il est interdit de se garer derrière ou devant la grille.

Le passage doit rester libre pour permettre l'accès des secours en cas d'accident.

3.4.

Les élèves doivent respecter la propreté des lieux et peuvent laisser leurs effets personnels dans les vestiaires.

Toutefois, en cas de vol, l'école de natation décline toute responsabilité, celle-ci incombant à l'élève concerné.

3.5.

Les parents ne sont pas autorisés à se mettre en maillot de bain pour laver leurs enfants dans les douches.

3.6.

Les chaussures doivent être retirées dans le hall d'entrée.

Le port de chaussures est interdit dans les vestiaires et les douches.

3.7.

Les enfants doivent obligatoirement s'habiller dans les vestiaires collectifs, sauf exception accordée par le responsable de l'école via mhn.ecole@gmail.com.

Organisation des vestiaires

- **Vestiaire de droite** : enfants s'habillant avec l'aide d'un seul parent.
- **Vestiaire du milieu** : garçons s'habillant seuls.
- **Vestiaire de gauche** : filles s'habillant seules.

3.8.

Les parents doivent veiller à ce que leurs enfants aillent aux toilettes avant le début du cours afin de ne pas perturber son bon déroulement.

Article 4 : Tenue et Hygiène

4.1.

Le port du maillot de bain est obligatoire (shorts interdits).

4.2.

Le bonnet de bain est obligatoire.

4.3.

Les enfants reçoivent un bonnet correspondant à la couleur du groupe auquel ils appartiennent.

En cas de perte, un paiement de **10 €** sera réclamé et devra être effectué sur le compte du club :

Mons Hainaut Natation ASBL

IBAN : BE54 0688 9143 7097

Communication :

Nom + prénom + bonnet école

4.4.

Il est interdit d'écrire son nom sur le bonnet.

4.5.

En cas de bonnet cassé (l'enfant doit pouvoir présenter le bonnet), un échange sera effectué gratuitement.

4.6.

Une douche est requise avant l'entrée dans le bassin.

Article 5 : Sécurité et Discipline

5.1.

Il est interdit de courir autour du bassin.

5.2.

Toute attitude dangereuse (pousser, plonger sans autorisation, bousculer) est strictement interdite.

5.3.

Les élèves doivent suivre les consignes des moniteurs sous peine d'exclusion temporaire ou définitive.

Article 6 : Responsabilité

6.1.

L'école de natation décline toute responsabilité en cas de perte ou de vol d'objets personnels.

6.2.

Les enfants restent sous la responsabilité de leurs parents en dehors des heures de cours.

Article 7 : Annulation et Absences

7.1.

Toute absence de longue durée (plus de 4 cours d'affilée) doit être signalée par mail à :

mhn.ecole@gmail.com

7.2.

Aucun remboursement ne sera accordé pour des absences de longue durée non justifiées.

7.3.

L'école se réserve le droit d'annuler un cours en cas de force majeure et proposera alors un report si possible.

Article 8 : Acceptation du Règlement

L'inscription à l'école de natation implique l'acceptation pleine et entière du présent règlement.

Fait à Mons, le 9 juin 2026

La Responsable de l'École de Natation