

**ATTENTION, depuis le 1<sup>er</sup> novembre 2021, le COVID SAFE TICKET ou un test PCR SONT OBLIGATOIRES POUR LES + DE 16 ANS - POUR ENTRER DANS LES BATIMENTS DE LA PISCINE !!!**

## **Reprise des séances d'esquimautage – 2021-2022 .**

Les séances d'esquimautage à la piscine d'Embourg reprennent, les samedis de 19h à 20h aux 12 dates suivantes :

- Pour 2021 : 20/11, 27/11, 04/12, 18/12.
- Pour 2022 : 08/01, 15/1, 22/1, 29/1, 05/02, 12/02, 19/02, 26/2.

En pratique :

- Rendez-vous sur place à Embourg (complexe sportif) à 18h45 pour être sur l'eau à 19h.
- Prendre maillot et essuie bien sûr, mais absolument aussi un bonnet de bain,
- Utile, mais pas nécessaire de prendre un pince-nez,
- Pas de prérequis (il faut savoir nager !),
- Possible de prendre son kayak perso à condition de le laver dans la douche de la piscine, - Activité réservée aux membres du MAVA ,
- Possibilité pour les parents de regarder la séance en restant dans la cafétéria vitrée de la piscine,
- Coût : 5 € par séance à régler sur place en mains du responsable en début d'activité (ce prix est inférieur au coût global de location de toute la piscine et du coût du maître-nageur breveté BSSA que nous devons engager et que nous payons.

Savoir esquimauter, ce n'est pas que voir le monde à l'envers, c'est augmenter la sécurité, la confiance en soi, le plaisir de naviguer dans des rivières plus difficiles, bref c'est joindre le très utile au très agréable. Pour y arriver plus facilement, le mieux est de commencer à la piscine, puis de passer à la rivière.

L'équipe du MAVA