COMMUNIQUÉ

DES COURS EN LIGNE INTERACTIFS & GRATUITS POUR TOUTE LA FAMILLE

avec Swim Stars

UN PLANNING VARIÉ ET ÉVOLUTIF POUR ENFANTS ET ADULTES !

Face à cette situation inédite et inattendue et pour patienter jusqu'à la réouverture des piscines, le réseau de cours de natation Swim Stars innove en proposant toute la semaine des cours en Live originaux, interactifs et gratuits pour tous les membres de la famille.

En attendant la reprise des cours de natation pour enfants et adultes au sein des différentes piscines du réseau national, les coachs Swim Stars se mobilisent et partagent leurs compétences au travers de cours en ligne Live.

Ces professionnels des domaines du **sport**, du **bien-être,** de l'**éducation** ou encore de la **santé** proposent un planning de cours varié, évolutif et adapté à tous les membres de la famille **dès 3 ans !**

Au programme ?
Les conseils anti-noyade de Poulpy, Morning Stretch en famille pour bien démarrer la journée, Gym Kids, Family Yoga, Initiation à l'apnée, Méditation pour gérer son stress en période de confinement, Do you speak Swim Stars ? J'apprends l'anglais avec Baby Shark, Relaxation, Qu'est-ce-que l'écologie ?, Brain Gym,...

Autant d'occasions de s'amuser, d'apprendre, de se relaxer et de bouger tout en restant chez soi. Il y en a pour tous les goûts et tous les âges !

Afin d'être accessibles au plus grand nombre, ces cours sont **gratuits** pendant toute la période de confinement ; il suffit de se créer un compte en quelques clics. A la suite du cours, le participant a la possibilité de faire un don pour soutenir l'équipe Swim Stars et notamment les coachs dans cette période compliquée pour tous.

Pour rejoindre la communauté en ligne Swim Stars : swimstars.fr/cours-en-ligne

SWIM STARS, QUI SOMMES-NOUS ?

1er réseau national d'apprentissage de la natation, nous oeuvrons à réduire chaque jour le nombre de noyades en France en proposant des programmes de cours uniques pour enfants et adultes.

Des cours bébés-nageurs dès 6 mois aux adultes aquaphobes, en passant par des cours anti-noyade dès 3 ans (AUTO-RESCUE®), d'Apprentissage dès 5 ans ou de Perfectionnement enfants et adultes.

Organisés en petits groupes avec le coach dans l'eau, au sein de structures de qualité souvent totalement privatisées, Swim Stars a chamboulé les codes traditionnels des cours de natation : les cours s'achètent et se réservent en ligne, vous commencez quand vous voulez et vous changez de piscine à votre guise au sein d'un réseau d'une trentaine de piscines à Paris, Nantes, Bordeaux (et plein d'autres à venir !)

AUTO-RESCUE®, COURS ANTI-NOYADE DÈS 3 ANS

La noyade est la 2ème cause de mortalité chez les enfants entre 0 et 14 ans et la majorité ont lieu dans des piscines privées. Il est donc primordial d'apprendre les réflexes de survie aquatique dès le plus jeune âge.

Le cours de natation AUTO-RESCUE® est fait pour que votre enfant prenne du plaisir sans aucun stress. Nous ciblons les qualités de chacun pour renforcer la capacité d'acquisition des savoirs, l'objectif étant de vaincre les peurs et de donner confiance en soi.

En cas de chute dans l'eau, un enfant ne sait pas relever la tête pour respirer naturellement. Nos coachs, soigneusement sélectionnés, diplômés d'Etat et formés au programme AUTO-RESCUE®, apprendront à votre enfant à flotter et à respirer, peu importe la profondeur, pour une durée indéterminée. Il apprendra à se mettre en sécurité en passant notamment d'une position ventrale à une position dorsale : des gestes qui peuvent lui sauver la vie !

Contact : Chloé D'ANTHÈS . cdanthes@swimstars.fr . 06 98 27 47 51

swimstars.fr