

FAQ – Foire aux Questions Quels sont les prérequis pour commencer le plongeon ?

Être autonome dans l'eau et oser aller dans la fosse de 5m de fond. Sinon, aucun prérequis particulier !

De quel matériel ai-je besoin ?

Uniquement d'un maillot de bain (pas de lunettes ni bonnet de bain). Un cadenas pour les vestiaires et éventuellement un linge supplémentaire si on est frileux...

Le plongeon est-il un sport dangereux, à risque ?

Spectaculaire, oui ! Dangereux, non... Les blessures sont très rares comparé à des sports d'équipes ou de combat par exemple !

Comment et où puis-je m'inscrire ?

Sur le site internet de la section, sous le groupe école de plongeon, bouton jaune « inscription ».

Les cours : dans quelle piscine et à quelle heure ?

Tous les cours ont lieu à la piscine de Varembe. Les cours KIDS de 17h à 18h30 les mardi et jeudi, les cours ADOS de 18h30 à 20h les mardi et jeudi, et les cours ADULTES de 19h - 21h le mardi et de 18h15 à 20h15 le vendredi.

Je vais avoir 12 ans dans l'année : KIDS ou ADOS ?

Si c'est la première année de plongeon, nous conseillons le groupe KIDS (à moins qu'il n'y ait de places plus que chez les ados). Si l'enfant est un habitué, il peut déjà passer chez les ADOS. A discuter avec l'entraîneur responsable

J'ai moins de 10 ans, est-ce que je peux venir tout seul aux vestiaires ?

Non, le règlement de la piscine de Varembe l'interdit. Une carte accompagnant sera fournie aux parents par le secrétariat du club. Elle permet d'accompagner l'enfant de moins de 10 ans aux vestiaires, pas d'accéder à la piscine !

Dois-je payer l'entrée de la piscine à chaque fois ?

Non, une fois l'inscription en ligne et le paiement de la cotisation effectués, une carte club est commandée et transmise à l'enfant (aux parents). Celle-ci donne accès à la piscine sur les horaires d'entraînement.

Ma carte club n'est pas encore arrivée, que faire ?

Une fois commandée, l'émission de la carte par le service des sports et sa transmission au club et aux entraîneurs peut prendre une à deux semaines. Dans l'intervalle, il faut payer l'entrée. Si cela perdure, il faut avertir l'entraîneur responsable ou le secrétariat.

J'ai perdu ma carte club, que faire ?

Il faut en recommander une auprès du Service des Sports, directement au guichet (15 CHF).



Où est le RDV en début de cours ?

Pour tous les groupes, le RDV est devant les vestiaires « groupes » au deuxième sous-sol de la piscine.

Je suis en retard, que puis-je faire pour me rattraper ?

Tout d'abord, avertir l'entraîneur par SMS si possible. Pour les KIDS, rejoindre le groupe au plus vite. Pour les ADOS ou ADULTES, s'échauffer de manière autonome et rejoindre le groupe. Des retards répétés seront sanctionnés.

Mes parents veulent venir voir le cours : est-ce possible ?

C'est possible, il faut juste payer l'entrée de la piscine.

Un ami aimerait venir essayer le cours : est-ce possible ?

C'est possible : il y a une semaine d'essai organisée avant chaque semestre. Durant les semestres, pour autant que le groupe ne soit pas complet et que la leçon s'y prête, c'est également possible. Dans tous les cas, il faut avertir l'entraîneur d'abord.

J'adore le plongeon et j'aimerais faire des compétitions : comment faire ?

En parler aux entraîneurs ! Mais il faut également avoir les capacités, et pour cela, il faut avant tout s'appliquer aux entraînements. Un jeune talentueux et motivé peut être invité à passer dans le groupe pré-compétition entre 6 et 9 ans, il s'acquiesce alors de la licence Swiss Aquatics Diving Kids qui coûte 25.-. Dès l'année dès 10 ans, les compétences pour entrer dans le groupe Juniors 2 doivent être évaluées. Il est également possible de participer à des concours en étant membre du groupe ADOS. Les entraîneurs vous renseigneront sur les possibilités.

J'aimerais me désinscrire des cours de plongeon, que dois-je faire ?

Il faut en informer l'entraîneur et le secrétariat par e-mail.