



Programme d'initiation en plongeon divisé en six niveaux, contenant chacun dix cours d'une heure. Chaque niveau est représenté par la mascotte « Plouf! » d'une couleur différente.

Philosophie du programme

Le programme Plouf est un programme récréatif dont le but est d'initier les jeunes à l'activité du plongeon.

Des animateurs formés vous accompagnerons dans l'apprentissage de ce sport.

Ce programme est axé sur le plaisir et ce, dans un environnement sécuritaire et s'adresse aux jeunes de 6 à 12 ans.



J'aimerais essayer le plongeon!

Veuillez contacter la piscine de la ville la plus près de chez vous!

Blainville (L'Envol) - Boucherville (Mustang) - Victoriaville (Bois-Francis) - Montréal - Ahunistic (CAMO) - Montréal - Sud-Ouest (CASO) - Drummondville (Club de plongeon Drummondville) - Gatineau (Club de plongeon Gatineau) - Vaudreuil-Dorion - Laval (EAU Laval) - Repentigny - Québec (ARO) - Saguenay (Les Otaries de Jonquière) - Pointe-Claire - Brossard (Agami) - Trois-Rivières

Pour plus d'informations, veuillez communiquer avec Ariane Lalancette à technique@plongeon.qc.ca.

