

# Les 10 commandements du nageur



## 1 Tu tiendras ta droite →

Comme sur la route : chacun son couloir, et tout le monde arrive à bon port.

## 2 Tu ne feras point d'apnée

La nage libre, c'est pour nager... pas pour jouer au dauphin !

## 3 Tu ne nageras pas côté à côté

La ligne n'est pas un boulevard : file indienne obligatoire !

## 4 Tu laisseras passer plus rapide que toi

Un petit arrêt sur le côté, un signe de la main...

## 5 Tu laisseras les murs libres

Pour que chacun puisse tourner sans se prendre une palme en prime.

## 6 Tu éviteras le dos crawlé et les plaquettes quand la ligne est pleine

Les gifles aquatiques et les éclaboussures façon tsunami, très peu pour nous !

## 7 Tu nageras en regardant devant toi

Un nageur attentif en vaut deux ! Et c'est encore mieux sans collision frontale.

## 8 Tu resteras bienveillant et souriant

On est là pour se détendre, progresser et partager le plaisir de nager.

## 9 Tu ne nageras pas dans le bassin réservé aux enfants

Ils sont nombreux, respectons leur espace d'évolution !

## 10 Tu sortiras à 21h pile

Détendu, content, et prêt à revenir la semaine suivante !

Ligne libre de 20h à 21h

