



# Lignes d'eau



*Pour le confort des nageurs, 2 à 3 lignes d'eau seront installées pendant les horaires d'ouverture au public.*

*Merci de respecter ces quelques consignes pour passer un agréable moment !!!*

## **Respecter le sens de la nage**

Dans une piscine, chaque ligne d'eau fonctionne comme s'il s'agissait d'une route. Il y a un sens de circulation à respecter. Vous devez toujours nager du côté droit de la ligne de façon à pouvoir nager à plusieurs dans la même ligne sans se gêner.

## **Ne pas accélérer quand un autre nageur double**

Si un autre nageur nage plus vite que vous et cherche à vous doubler, n'accélérez pas ! Laissez-le passer et continuez de nager à votre rythme.

## **Respecter le niveau des lignes d'eau**

Avant d'entrer dans l'eau, regardez les nageurs dans chaque ligne et voyez celle qui correspond le plus à votre niveau. Ne cherchez pas à vous surévaluer car une fois dans l'eau, vous risquez de gêner les autres nageurs et vous risquez de vite vous épuiser si vous cherchez à suivre un rythme qui n'est pas le vôtre. Dans certaines piscines, les différents niveaux sont indiqués par un panneau au bout de chaque ligne d'eau. Certaines sont d'ailleurs parfois réservées à l'usage des palmes et des plaquettes de natation.

## **Ne pas stationner en bout de ligne**

Si vous avez besoin de vous arrêter après une longueur, évitez de stationner en bout de ligne au niveau du mur car vous risquez de gêner les autres nageurs dans leur virage. Serrez-vous contre la ligne d'eau et laissez l'espace libre.

## **Ne pas nager côte à côte**

Dans les lignes d'eau, il est primordial de nager en file indienne pour ne pas gêner les nageurs qui arrivent dans l'autre sens.

## **Ne pas démarrer sous le nez d'un autre nageur**

Si vous êtes arrêté en bout de ligne et qu'un nageur arrive au niveau du mur, attendez qu'il reparte avant de repartir pour une nouvelle longueur.

## **S'excuser en cas de collision**

Si vous entrez en collision avec un autre nageur ou lui donnez un coup sans le vouloir, excusez-vous.

## **Ne pas traverser la ligne sans regarder**

Au moment de sortir de la piscine, si vous devez traverser d'autres lignes d'eau, veillez à ne pas gêner les autres nageurs. Attendez que la voie soit libre pour traverser.

## **Eviter certaines nages et les accessoires**

Si vous allez nager à l'heure de pointe, il est préférable d'éviter certaines nages telles que le papillon ou le dos crawlé. En nageant le papillon, vous risquez de donner un coup de bras aux autres nageurs en les croisant et en dos crawlé, vous risquez de dévier et de vous retrouver sur la file voisine sans même vous en rendre compte. Évitez aussi l'utilisation de palmes et de planches.

*\* Les MNS se réservent le droit d'installer ou d'enlever des lignes d'eau selon l'affluence*

*\* Pas de lignes d'eau le samedi matin de 9h00 à 10h30*