

LA COUARDE. Une jeune société propose des cours de natation à domicile. Plongée dans une activité en plein essor

Brasse à domicile

Des cours de natation en pleine saison estivale, jusque là, rien de vraiment original. Ce qui l'est déjà beaucoup plus, c'est quand les leçons particulières sont dispensées à domicile. Voici la bonne idée qu'ont eue deux anciens maîtres-nageurs, Frédéric Pierrat et Benoît Regnier. « Il n'y a pas encore de piscine sur l'île de Ré et on constate une demande de plus en plus forte », expliquent-ils. Depuis le début de la saison, ces jeunes Rochelais se déplacent donc dans les campings et chez les particuliers pour enseigner les rudiments de la brasse ou du crawl. « On a aussi un petit bassin au centre nautique de la Couarde où on donne quelques cours, mais le gros de notre activité se déroule chez les gens ». Et pour ceux qui ne veulent pas perdre pied, la société propose même des leçons d'aquagym.

Précieux conseils. Cette après-midi, Frédéric a rendez-vous pour une séance de natation dans une maison de La Couarde. Avoir les visages ravis des enfants qui l'attendent sur le pas de la porte, on comprend vite que le professeur à la cote dans la famille. Victoire, 9 ans, Louis, 7 ans, et Constance, 3 ans, sont déjà des habitués. « Ca doit être la dixième leçon, explique Aude, la maman. C'est vraiment un concept génial, on n'a pas besoin de se déplacer et en plus, les gamins sont dans leur élément. Pendant ce temps-là, j'en profite pour aller faire un peu de shopping ».

Autre avantage de la formule, pas besoin de forcer les chères têtes blondes à se jeter à l'eau, ils barbotent déjà dans la piscine avant même que le cours ne commence. « Pousse bien sur tes jambes, reprends ton souffle tous les trois temps, colle l'oreille contre ton bras quand tu sors la tête de l'eau ». Accroupi au bord du bassin, Frédéric distille ses



Frédéric lors d'une leçon particulière à domicile

PHOTO EMMANUEL FANSTEN

précieux conseils aux jeunes baigneurs entre deux plongeurs. Malgré son âge, Louis enchaîne les longueurs avec une facilité renversante. « C'est mon meilleur élève », précise l'heureux maître-nageur.

Un peu plus loin, Constance essaye tant bien que mal d'atteindre le bord de la piscine. « N'oublie pas de respirer quand même. Ici, comme dans n'importe quelle classe, chaque élève requiert une attention particulière en fonction de ses compétences et de son aisance dans la piscine. En gros il y a trois étapes, explique Frédéric. Familiarisation avec l'eau, apprentissage et perfectionnement. Ensuite, si on veut aller plus loin, il faut s'inscrire dans un club ».

Complexes. C'est bien connu, il n'y a pas d'âge pour apprendre. Et contrairement à certaines idées reçues, les jeunes pousses ne forment pas le gros de la clientèle. « La plupart de nos cours à domicile sont dispensés à des adultes, confirme Frédéric. On le sait rarement, mais un quinquagénaire sur trois connaît une ap-

préhension dans l'eau ». Pour les intéressés, prendre un cours à la maison est souvent une manière d'apprendre à nager loin des regards moqueurs ou de la foule des piscines municipales. « Passé un certain âge, les complexes sont difficiles à dépasser. Apprendre dans ces conditions est une façon d'y parvenir dans un lieu plus sécurisant ». Là encore, le professeur doit adapter ses conseils et soigner sa pédagogie. Quand les enfants répètent inlassablement le même geste pour parvenir à effectuer une belle brasse, les aînés passent beaucoup plus de temps à essayer de gérer leur environnement. « Souvent, les jeunes n'ont aucun problème à être dans l'eau et travaillent surtout l'aspect moteur. Pour les adultes, c'est exactement l'inverse ». Alors pour les rassurer, il faut faire preuve d'un peu de psychologie et d'un bon sens de l'humour. Mais en général, quel que soit l'âge des élèves, tout baigne.

• Emmanuel Fansten

Renseignements au 06.62.01.62.18 ou au 06.80.62.35.05. www.swimform-natation.com