

# Pour les enfants – Natation de sauvetage: Leçon 3

## «Sauvetage, plongée de distance, natation d'endurance»

Au cours de cette leçon, les enfants apprennent à sauver un camarade sous l'eau et à le transporter sur une certaine distance.



[J+S-Kids – Natation de sauvetage: Leçon 3](#)

---

Source: J+S-Kids



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Office fédéral du sport OFSPO**