

B.N.S.S.A.

Brevet National de Sécurité et de Sauvetage Aquatique



Pour les
+ de 17 ans.



Pré-inscription*
le 6 juillet 2026.

*À partir de 10 h, possible par téléphone.

L'Espace Aqualudique propose la formation natatoire du B.N.S.S.A.

Il est impératif d'avoir 17 ans avant le
1^{er} juin 2027, avoir un bon niveau de
natation et être motivé.

Planning

Lundi 19 h 30 - 20 h 15
Séances spécifiques obligatoires

Samedi 12 h - 13 h 45
Séances natation et test

**Accès gratuit à la piscine
pendant les ouvertures
publiques avec mise à
disposition de fiches
d'entraînements spécifiques.**

Calendrier

Réunion d'information et test obligatoire :

lundi 7 septembre 2026 à 19 h 30

Tarifs

Coût de la formation 765 €
Natation par l'Espace Aqualudique
285 € / Secourisme et réglementation
par la Fédération Française de
Sauvetage et Secourisme (480 €).



B.N.S.S.A.

Brevet National de Sécurité et de Sauvetage Aquatique



Parcours

DE SAUVETAGE DE 100 M :

Parcours de sauvetage aquatique en continu de 100 mètres comprenant :

- un départ plongé du bord du bassin suivi de 25 mètres nage libre,
- deux parcours de 25 mètres, comprenant chacun 15 mètres en immersion complète, une plongée dite en canard, suivie de la recherche d'un mannequin qui repose entre 1,80 mètre et 3,70 mètres de profondeur, avec remorquage sur 25 mètres.

Pour être jugé apte, le candidat doit réaliser l'épreuve en moins de 2 minutes et 40 secondes.

DE SAUVETAGE DE 250 M :

Parcours de sauvetage avec palmes, masque et tubas, en continu de 250 mètres.

Le candidat s'équipe dans ou hors de l'eau, il parcourt 200 mètres en palmes, masque et tuba. Il doit effectuer un plongeon canard pour rechercher un mannequin à une profondeur entre 1,80 mètre et 3,70 mètres puis il le remorque sur le reste de la distance du parcours. Pour être jugé apte, le candidat doit réaliser l'épreuve en moins de 4 minutes et 20 secondes.

Recyclage B.N.S.S.A.

Parcours de sauvetage aquatique en continu de 100 mètres.

Prérequis : avoir son B.N.S.S.A.
ou sa révision depuis au
moins 5 ans.

Tarifs

sur demande

Fédération Française de Sauvetage et Secourisme
www.ffss.fr

