

ACTIONS NATATION COURSE

SAISON 2011 - 2012

DEVENIR PERFORMANT ENSEMBLE ET DURABLEMENT
POUR UNE NATATION FRANCILIENE AMBITIEUSE



COORDONNEES DES MEMBRES DE LA COMMISSION SPORTIVE NC CIF

Carolle ANDRACA	26 rue Delalain Tel pers. Email : carolle.andraca@orange.fr	94700 MAISONS-ALFORT Port. 06.72.35.12.43
Jean-Jacques BEURRIER	23 rue du Parc Tel pers. 01.64.62.98.57 Email : jj.beurrier@gmail.com	77185 LOGNES Port. 06.84.94.55.00
Nicolas BLAISE	51 avenue Joffre Tel travail 01.40.31.19.25 Email : natation@cif-natation.fr	94100 SAINT-MAUR Port. 06.27.25.92.80
Jean BOULANGER	20 chemin de la Longue Raie Tel pers. 01.64.93.02.60 Email : jpm.boulanger@wanadoo.fr	91760 ITTEVILLE Port. 06.83.56.55.04
Raymonde DEMARLE	8 promenade de l'Allée Verte Tel pers. 01.34.12.47.57 Email : raymonde.demarle@orange.fr	95880 ENGHIEEN-LES-BAINS Port. 06.83.85.38.25
Pierre DEMULIERE	6 impasse de la Gerbe Tel pers. 01.69.30.27.38 Email : pierre.demuliere@wanadoo.fr	91370 VERRIERE BUISSON Port. 06.31.79.30.93
Patrick DREANO	Le Val des Cèdres Chemin de l'Affama Tel pers. Email : dreanopatrick@club-internet.fr	83440 MONTAOUX Port. 06.81.26.68.60
Noëlle HAMON	16 bis rue du Moulin Vert Tel pers. 01.45.43.81.04 Email : noelle.hamon@orange.fr	75014 PARIS Port. 06.30.91.14.55

Stella LIEBAUT

N'autorise pas la diffusion d'informations privées

Aline MICHELET

283 rue Lecourbe

75015 PARIS

Tel pers. 01.45.58.15.10

Port. 06.84.55.59.17

Email : micaline1@gmail.com

Christian MOMMAILLE

BL 1

4 Square du Nouveau Belleville

75020 PARIS

Tel pers. 01.43.66.26.10

Port. 06.79.18.63.55

Email : mac.mommaille@orange.fr

Nicolas SCHERER

Maison 17 - 170 rue Riolan

80000 AMIENS

Tel pers.

Port. 06.85.73.92.59

Email : SwimCoachNico79@aol.com

**PRESENTATION
DES ACTIONS DU CIF
DANS LE CADRE DU
DEVELOPPEMENT DE LA
NATATION
EN ILE DE FRANCE**



LES CLASSEMENTS

Le classement des clubs formateurs

Depuis plusieurs années, le CIF a le souci de mettre en valeur les clubs d'Île de France œuvrant pour le développement de leur pratique compétitive en leur sein. La commission souhaite aider les clubs qui accompagnent leurs jeunes nageurs poussins à la catégorie juniors/seniors aussi bien pour des équipes féminines que des équipes masculines.

Le classement des comités départementaux formateurs

L'objectif prioritaire du label est la promotion des collectifs de jeunes dans le cadre d'une dynamique de département. Le CIF souhaite reconnaître et récompenser le département mettant en œuvre une politique de développement de la discipline.

Le classement élite des clubs

Le CIF au travers de ses championnats souhaite valoriser les clubs qui cumulent les meilleures performances effectuées lors de chaque rencontre.

[NOTE : Les modalités de calcul de points de ces classements figurent dans les règlements du CIF 2011-2012 \(page 9 à 11\).](#)

**PRESENTATION
DES ACTIONS DU CIF
DANS LE CADRE
DE LA PROMOTION
DE L'ACCES AU HAUT NIVEAU**



PREAMBULE

Le comité régional de natation d'Ile de France propose des actions aux meilleurs nageurs et nageuses des catégories minimales, cadets, juniors et seniors.

Ces actions ont pour objectif principal d'offrir des expériences originales et formatives aux nageurs franciliens, qui sont engagés dans un projet personnel d'accès vers le haut niveau, à chaque étape de leurs carrières.

Deux types d'actions sont ainsi proposés : les stages et les compétitions.

Les stages ont pour but de regrouper des nageurs et des nageuses d'un groupe d'âge déterminé et d'un niveau homogène, afin de proposer un entraînement axé sur une thématique particulière. Ces thématiques sont déterminées par l'évolution du haut niveau actuel, qui implique des savoir-faire indispensables à acquérir à certains moments de la carrière du nageur.

Les compétitions, proposées principalement aux catégories juniors et seniors (si l'on excepte la Coupe de France des Régions), ont pour but de faire progresser les talents de compétiteurs des nageurs(es) franciliens(nes) par la confrontation internationale. En effet, tout en découvrant un contexte nouveau, avec des nageurs d'autres nations qu'ils ne connaissent pas, ils devront tout de même savoir accéder aux finales et podiums.

Pour faire partie du collectif régional, les nageurs doivent d'abord exprimer un potentiel lors de compétitions à leur niveau de pratique, et montrer qu'ils sont investis dans un projet à moyen ou long terme orienté vers le haut niveau. Il paraît évident qu'un nageur doit d'abord savoir s'exprimer au niveau national, avant qu'une compétition internationale lui soit proposée.

Le système de détection des futurs talents a montré ses limites, et à ce jour, nul n'est capable de déterminer précisément quel benjamin ou quelle benjamine seront de futurs champions de niveau international. Cependant, un certain nombre d'indicateurs sont connus, qui permettent de penser que les futurs champions appartiennent à un groupe de niveau de performance à certains moments de leur carrière.

NOTE : La Commission sportive régionale Natation Course se réserve le droit d'étudier toute possibilité afin de compléter les différentes sélections.

REGROUPEMENTS D'ENTRAÎNEURS

ENTRAÎNEURS DES CLUBS D'ACCES AU HAUT NIVEAU

Philosophie de l'action :

« L'excellence d'aujourd'hui n'est pas celle de demain ». C'est dans cet esprit que le Comité d'Ile de France de Natation souhaite créer une dynamique de partage. Entre colloques, travaux, diffusions d'informations les objectifs sont multiples.

En associant les entraîneurs de la région aux actions de la commission sportive régionale natation course, chaque entraîneur pourra grâce à son expérience et à son savoir-faire apporter sa pierre à l'édifice pour tendre vers l'objectif que nous poursuivons tous : devenir performant ensemble et durablement pour une natation francilienne ambitieuse

Programme de l'action :

Ces regroupements d'entraîneurs auront pour objectifs de préparer le plan régional de développement et les actions sportives régionales pour la saison à venir et débattre de l'actualité fédérale.

Public concerné :

Sont concernés par cette action, tous les entraîneurs des clubs en amont du PES, les entraîneurs franciliens ayant un ou plusieurs nageurs inscrit la structure associée au Pôle France NC INSEP-CIF cette saison, les entraîneurs des clubs classés dans les 10 premiers des classements « Elite » des compétitions nationales N1 et France Jeunes et les ATD des départements.

Dates retenues :

Le premier regroupement d'entraîneurs se déroulera le mardi 10 avril 2012 de 9h30 à 16h30 à Courbevoie, le second sera programmé début septembre 2012.

C'est également lors de cette deuxième journée que sera défini l'encadrement des stages et compétitions pour la saison sportive 2011-2012.

STAGE ENTRAÎNEMENT DE NOEL

MINIMES 2 - CADETS

Principe de l'action :

À la période des vacances de Noël, un grand nombre de clubs arrêtent leur entraînement faute d'installations. Le comité propose une action d'entraînement pour ces catégories dont les impératifs de qualification sont précoces compte-tenu des dates des objectifs de compétition afin de faciliter la reprise de l'entraînement après la coupure hivernale.

Le but de ce stage est donc de recréer les bases nécessaires aux exigences spécifiques qui vont suivre par un travail aérobic et technique dans et hors de l'eau.

Stage :

Hagetmau, du 26 au 31 décembre 2011.

Deux séances quotidiennes de deux heures environ : une séance "classique" avec un travail axé sur les qualités aérobies et de vitesse (travail de l'endurance motrice essentiellement), une séance à thème axée sur le travail technique. Les activités hors de l'eau auront aussi pour objectif de renforcer les habiletés motrices.

Effectifs :

1 chef de délégation, 2 CTS-R, 1 entraîneur.

25 nageurs nés en 95, 96 et 97

Critères de sélection :

Etre finaliste A aux Championnats de France Minimes ou Cadets 2011 et/ou avoir été sélectionné en Equipe de France.

Les nageurs seront retenus par ordre de priorité (médaillés, 4^{ème} place, 5^{ème} place, etc...).

STAGE D'ENTRAÎNEMENT MINIMES

Principe de l'action :

Le but de ce stage est de créer une dynamique de groupe autour de l'équipe qui représentera le comité à la Coupe de France des Régions millésime 2012.

Stage :

Grand Couronne, du 21 au 27 avril 2012.

Deux séances quotidiennes de deux heures environ.

Effectifs :

1 chef de délégation, 1 CTS-R, 2 entraîneurs.

25 nageurs nés en 97 et 98

Critères de sélection :

Etre classé dans les 2 premiers régionaux des rankings nationaux 50m en 2012 sur au minimum une des dix épreuves suivantes : 50, 200, 400 NL – 50, 200 DOS – 50, 200 BR – 50, 200 PAP ou 200 4N arrêtés au 5 Mars 2012.

STAGE D'ENTRAÎNEMENT CADETS

Principe de l'action :

Le but de ce stage est de créer une dynamique de groupe autour de l'équipe qui représentera le comité à la Coupe de France des Régions millésime 2012.

Stage :

Majorque (Esp.), du 20 au 26 avril 2012.

Deux séances quotidiennes de deux heures environ.

Effectifs :

1 chef de délégation, 1 CTS-R, 2 entraîneurs.

20 nageurs nés en 95 et 96

Critères de sélection :

Etre classé dans les 2 premiers régionaux des rankings nationaux 50m en 2012 sur au minimum une des cinq épreuves suivantes : 100 NL – 100 DOS – 100 BR – 100 PAP ou 400 4N arrêtés au 5 Mars 2012.

STAGE ENTRAÎNEMENT

1/2 FOND ET EAU LIBRE

MINIMES 2 – CADETS – JUNIORS 1

Principe de l'action :

Le ½ fond reste une spécialité en retrait en Ile de France comme au niveau national. Il convient donc de redynamiser ce collectif qui à moyen terme sera également le véritable réservoir de la future élite en eau libre.

Cette action a pour but également de regrouper des éléments parfois isolés dans leurs différents clubs dans une période de gros travail et ainsi de soulager les entraîneurs qui doivent aussi se consacrer aux autres spécialités. Elle doit permettre aussi une meilleure osmose entre la natation course et l'eau libre.

Stage :

Calella (Esp.), du 21 au 28 avril 2012.

Deux séances quotidiennes de deux heures orientées sur la préparation aux épreuves de demi-fond des échéances nationales avec possibilité de nager en mer.

Effectifs :

1 chef de délégation, 1 CTS-R, 2 entraîneurs.

20 nageurs.

Critères de sélection :

Pour les nageurs et nageuses nés en 1994, 1995, 1996, 1997 par ordre de priorité :

- Etre finaliste A aux Championnats de France Minimes ou Cadets 2011 sur 800, 1500 NL ou 400 4N ou être classé dans les 8 premiers de sa catégorie d'âge aux CF 5km et 10km 2011 ou être classé dans les 15 premiers des rankings nationaux 50m en 2012 sur 800, 1500 NL ou 400 4N arrêtés au 5 Mars 2012.

A ce groupe viendront s'ajouter les membres du collectif « relève » eau libre défini par la DTN licenciés en Ile de France qui sont au nombre de quatre.

COUPE DE FRANCE DES REGIONS TROPHEE JEAN POMMAT

MINIMES – CADETS

Principe de l'action :

Organisée sur deux jours, elle regroupe des nageurs et nageuses nés en 1995, 1996, 1997 et 1998 dans une compétition par équipes minimales filles, minimales garçons, cadettes filles et cadets garçons regroupées au final dans un classement général des régions.

Placée en début d'un nouveau cycle de préparation aux objectifs majeurs de la saison d'été, cette compétition tire son attrait dans la capacité qu'auront les nageurs à être combattif dans l'intérêt de l'équipe. La place prime sur la performance chronométrique.

Compétition :

Metz, les 18 et 19 mai 2012. Deux jours, quatre réunions.

Détails des épreuves :

Minimes : 10 épreuves individuelles et 2 relais. Deux nageurs doivent doubler.

50m et 200m papillon, 50m et 200m dos, 50m et 200m brasse, 50m et 200m nage libre, 400m nage libre et 200m 4 nages, relais 4x50m 4 nages et 8x100m nage libre.

Cadets : 5 épreuves individuelles et 2 relais. Un nageur doit doubler.

100m papillon, 100m dos, 100m brasse, 100m nage libre, 400m 4 nages, relais 4x50m 4 nages et 4x200m nage libre.

Pour plus d'informations : cf. Annuel règlements 2011 / 2012 FFN.

Effectifs :

1 chef de délégation, 3 CTS-R, 1 entraîneur de la structure associée CIF-FFN-INSEP, 1 entraîneur.

9 filles nées en 1997 / 1998.

9 garçons nés en 1997 / 1998.

5 filles nées en 1995 / 1996.

5 garçons nés en 1995 / 1996.

Soit 28 nageurs.

Critères de sélection :

La sélection paraîtra le mercredi 2 mai 2012. Toutes les performances arrêtées au 2 avril, réalisées lors des compétitions nationales et durant la période de qualification sur les meetings nationaux et régionaux seront prises en compte.

CONFRONTATION INTERNATIONALE MEETING DE PORTO

JUNIORS - SENIORS

Principe de l'action :

Passé le 2 avril 2012, le programme national fédéral ne propose plus d'échéances de compétition pour les juniors/seniors et seuls restent concernés celles et ceux qui ont décroché une sélection en Equipe de France. Pour autant, ils restent impliqués dans une démarche tournée vers la haute performance, ils continuent de s'entraîner de manière intensive pour espérer intégrer le collectif « relève internationale » de la FFN. Il convient donc de leur proposer de participer à des compétitions de haut niveau afin de donner du corps à leur projet. Pour avoir un sens, la compétition à l'étranger se doit d'être attractive et enrichissante d'un point de vue sportif.

Compétition :

Meeting de Porto (Portugal), le 2 et 3 juin 2012 (départ le 1^{er} et retour le 4).

Effectifs :

1 chef de délégation, 2 CTS-R, 2 entraîneurs.

25 nageurs au maximum.

Critères de sélection :

La sélection sera composée :

- Par les juniors ayant intégré une finale A ou B lors des Championnats de France Elite de Dunkerque et/ou une finale A aux Championnats de France Jeunes de Saint-Raphaël.
- Par les seniors ayant intégré une finale A lors des Championnats de France Elite de Dunkerque et non sélectionnés en Equipe de France.

Les entraîneurs des nageurs sélectionnés devront garantir un niveau d'entraînement suffisant de leur(s) nageur(s) jusqu'au départ de la compétition.

CONFRONTATION INTERNATIONALE

JUNIORS - SENIORS

Principe de l'action :

Passé le 2 avril 2012, le programme national fédéral ne propose plus d'échéances de compétition pour les juniors/seniors et seuls restent concernés celles et ceux qui ont décroché une sélection en Equipe de France. Pour autant, ils restent impliqués dans une démarche tournée vers la haute performance, ils continuent de s'entraîner de manière intensive pour espérer intégrer le collectif « relève internationale » de la FFN. Il convient donc de leur proposer de participer à des compétitions de haut niveau afin de donner du corps à leur projet. Pour avoir un sens, la compétition à l'étranger se doit d'être attractive et enrichissante d'un point de vue sportif.

Compétition :

A définir en fonction du calendrier international.

Effectifs :

1 chef de délégation, 1 CTS-R, 1 ou 2 entraîneurs.

20 nageurs au maximum.

Critères de sélection :

La sélection sera composée par les nageurs ayant réalisés le critère suivant :

- Pour les juniors : être finaliste A ou dans les 2 premiers de la finale B au Meeting de Porto et non sélectionnés en Equipe de France.
- Pour les séniors : être dans les 4 premiers de la finale A au Meeting de Porto.

Les médaillés seront prioritaires si l'effectif est trop important. Les entraîneurs des nageurs sélectionnés devront garantir un niveau d'entraînement suffisant de leur(s) nageur(s) jusqu'au départ de la compétition.

LES CLUBS D'ACCES AU HAUT NIVEAU

LES ESPOIRS ET LES SHN

AIDE AUX CLUBS

Philosophie générale :

Le CIF souhaite reconnaître et aider les clubs qui s'organisent pour donner à leurs athlètes les meilleures conditions d'entraînement (entraînement, scolarité, médical, etc...). Il propose un soutien aux clubs qui envoient leurs licenciés dans des structures du PES non proposées en Île de France (eau libre) et qui risquent de « migrer » en province en changeant de club et se licencier dans le club d'accueil.

La validation par le Ministère des Sports de la structure associée CIF-FFN-INSEP dans le Parcours d'Excellence Sportive (PES) permet d'offrir aux franciliens dans la limite des places disponibles un lieu d'entraînement permettant dans les meilleures conditions d'accéder au haut niveau en assurant un projet de vie (scolarité, performance sportive, suivi médical, etc...). Le CIF s'est engagé en recrutant un entraîneur expert et en finançant à hauteur de 50% le coût de l'INSEP pour chaque nageur.

En cette fin d'olympiade, il convient de considérer que cette action va être modifiée de façon significative afin de prendre en considération la réforme de la labellisation des clubs FFN (label formateur) et l'aide aux Clubs Formateurs des Conseil Régional.

Rappel de la stratification par niveau de label :

Validation nationale	Exceller	Club « Label International »	Accès aux podiums internationaux	PES : en Île de France : le pôle France INSEP
Validation nationale	Accéder	Club « Label National »	Accès au haut niveau	PES : en Île de France : la structure associée CIF-FFN-INSEP
Validation régionale	Former	Club « Label Formateur »	Accès à la pratique compétitive nationale	Les clubs labellisés DR-CIF d'accès de haut niveau : « clubs en amont du PES »
Validation régionale	Initier	Club « Label Développement »	Accès à la pratique spécifique	

Validation régionale	Découvrir	Club « Label Animation »	Accès à une pratique diversifiée	
		Club FFN « Sans label »		