

**JEUDI 23 AVRIL 2015 - N° 3173**

## L'Ile-de-France brille au Championnat de France N2 de natation synchronisée



Podium équipes N2 (1<sup>er</sup> TNS – 2<sup>ème</sup> Stade Français – 3<sup>ème</sup> Aqurines Pontault)

MEGATEK

Ω  
OMEGA

VIBRA'SON

arena



île de France



Podium combinés N2 et Imposées N2

## **Christiane Canzano récompensée lors de l'AG de la FFN**

Christiane Canzano a reçu la médaille d'or de la FFN lors de l'Assemblée générale de la Fédération le week-end dernier à Vannes.

Le comité directeur du Comité adresse ses plus sincères félicitations à Madame Canzano.



## **Organisme disciplinaire général de première instance** **Comité d'Ile-de-France** **Fédération Française de Natation**

### **Résumé de la décision du mardi 7 avril 2015**

Membres présents de l'Organisme disciplinaire général régional de première instance :

- Madame Corinne PERATOU, Présidente
- Monsieur Guy LAGORE, Membre
- Monsieur Henri LE JAN, Membre
- Monsieur Bernard PAILLIEUX, Membre
- Monsieur Bernard TOUCAS, Membre
  
- Monsieur Vincent BRIERE, Secrétaire de l'Organisme

Licenciés intéressés: Monsieur M. et Monsieur M.

Suite à un courrier adressé par le délégué du 6<sup>ème</sup> Meeting de Massy suite à un incident constaté le 28 février 2015 et la décision du Comité directeur du 10 mars 2015, l'Organisme général disciplinaire régional a été saisi afin qu'il statue sur l'abus et la fraude de Monsieur M. lors de cette compétition.

Attendu qu'il résulte des témoignages, des pièces du dossier que les faits relevés à l'encontre de Monsieur M. sont de nature à justifier l'application des articles 2.1 et 13 du règlement disciplinaire de la Fédération Française de Natation. Attendu qu'il convient également de sanctionner Monsieur M. qui a agi en complicité avec Monsieur M.

### **PAR CES MOTIFS :**

Décide qu'aucune sanction n'est prononcée à l'égard du club.

Toutefois, au regard de la gravité des faits, il convient de rappeler l'importance de l'encadrement et de la présentation d'officiels aux compétitions.

Par ailleurs, il convient d'ajouter qu'un club se doit de veiller à la transmission des valeurs sportives.

Décide de prononcer à l'égard de Monsieur M. un retrait provisoire de licence et suspension de bassin jusqu'au 15 septembre 2015.

Décide de prononcer à l'égard Monsieur M. un retrait provisoire de licence et suspension de bassin jusqu'au 15 septembre 2015.

Décide dès lors de supprimer les performances de Monsieur M. depuis le 28 février 2015.

Décide que l'appel n'est pas suspensif en application de l'article 11 du Règlement Disciplinaire de la Fédération Française de Natation afin notamment que Monsieur M. et Monsieur M. ne puissent pendant le délai d'appel représenter les couleurs de leur club lors des compétitions.

## **COMMISSION NATATION SYNCHRONISEE**

### **N3 BENJAMINES Samedi 9 et Dimanche 10 Mai 2015**

Piscine le Nautil  
Route Départementale 21 – la mare au coq  
77000 PONTAULT COMBAULT  
Samedi : Figures imposées et duos  
Dimanche : Equipes et solos

**Juges Arbitres** : Sandrine LAGABBE/Jessica PEREIRA MEIRELESS

#### **I. Répartition des épreuves du Challenge Coupe promotion**

Samedi : BENJAMINES et TOUTES CATEGORIES  
Dimanche : ESPOIRS et JUNIORS

#### **II. Rappel des procédures d'engagement sur Extranat**

*L'engagement d'un ballet (solo, duo ou équipe) n'engage pas automatiquement vos nageuses en imposées.  
Veillez à faire les 2 engagements de manière distinct.*

**IL EST ABSOLUMENT NECESSAIRE DE PROCEDER A L'ENGAGEMENT DANS CHAQUE EPREUVE : FIGURES IMPOSEES ET EN BALLETT LIBRE.**

#### **III. N3 Espoirs**

Tous nos remerciements à la municipalité de Corbeil Essonne pour le prêt de leur installation sportive ainsi qu'au personnel de la piscine et des membres du club de l'AS Corbeil Essonne pour leur disponibilité.

Remerciement également aux juges qui se sont mobilisés pour pouvoir organiser de façon optimale cette compétition.

Toutes nos félicitations aux clubs, nageuses, entraîneurs pour leur qualification aux Championnats de France N2 qui auront lieu du 13 au 17 Mai 2015 à Lyon.

##### ➤ **DUOS**

AS Corbeil – Julie VIGNANDO/Louise ROCHET  
Stade Français 2 – Justine PACHECO/Marine TELLIER  
Stade Français 1 – Tehila ADARY/Mélissande TROUILLET  
Stade Français 3 – Claudia COLETTI/Calypso RAULT

##### ➤ **EQUIPES**

AS Les Aquarines  
Stade Français  
AS Corbeil  
Cergy NS

Qualification pour la finale des jeunes qui se déroulera du 2 au 3 Juillet 2015 à Bourg en Bresse

##### ➤ **Année 2002**

Louise ROCHET – AS Corbeil  
Julie VIGNANDO – AS Corbeil  
Louise RAMPPELBERG – AS Corbeil

##### ➤ **Année 2003**

Elena JEREMIC – Stade Français  
Marine DUBOIS – AS Corbeil  
Chaima BEN SGHIR – AS Corbeil

Retour des juges arbitres sur les figures imposées espoirs

#### **Figure Catalina :**

Les nageuses se placent de façon plutôt correcte par rapport à la ligne rouge

Un gros travail doit être fait sur la montée du ballet leg et de la tenue de cette position.

Il a été noté trop de déplacement en position ballet leg, la position doit être statique.

Lors de la rotation : manque d'extension des jambes, d'étirement du corps et de lenteur d'exécution mais en règle générale la rotation Catalina semble s'être améliorée. Les défauts majeurs sont toujours les mêmes : la fermeture du corps ou le passage en position château, position qui n'est pas dans le descriptif et qui ne correspond pas à la rotation Catalina.

Beaucoup de difficulté dans la 2<sup>ème</sup> partie de la figure, rassembler de la position queue de poisson à la position verticale, avec de gros problèmes de maintien de la verticale lors du rassemblement mais aussi lors de la descente verticale qui se déplace. Passage trop rapide, manque de contrôle.

### Figure Ariane

➤ **Les points positifs :**

Le placement correct par rapport à la ligne rouge.  
Les jambes sont dans l'axe pendant la rotation et le buste reste droit.  
Les nageuses sont relativement étirées tout au long de la figure.

➤ **Les points négatifs :**

La souplesse est un point faible notamment sur les positions cambrées où les hanches sont décalées.  
Les grands écarts restent à travailler et ne sont pas assez ouverts  
La fin de figure manque de contrôle, la position cambrée n'est pas visible et n'est pas marquée ainsi que la position dorsale de fin à la sortie de la tête.

### Figure Barracuda vrille 360°

➤ **Les points positifs**

Amélioration de la verticalité de la vrille  
Etirement de la position dorsale

➤ **Les points négatifs**

La prise de la position carpée arrière est peu conforme à la description de la figure  
La poussée n'est pas assez dynamique  
La vrille de 360° fait souvent 315° (7/8<sup>ème</sup> de tour), attention les talons demeurent à la surface jusqu'à la fin du 360°.  
La vrille doit être exécutée au même rythme que la poussée, il a été noté un rythme différent.

### Figure Héron

➤ Les points positifs

Bonne énergie dans la poussée

➤ Les points négatifs

Pas de respect de l'angle de 90° durant la rotation les nageuses sont trop ouvertes ou trop fermées  
Mauvais placement devant le jury  
Le rythme de la descente doit être le même que celui de la poussée

## IV. Championnats de France N2 & N1 Elite



Podium équipes N2 (1<sup>er</sup> TNS – 2<sup>ème</sup> Stade Français – 3<sup>ème</sup> Aquarines Pontault



Podium combinés N2 et Imposées N2

Toutes nos félicitations aux différents clubs qui ont représentés brillamment la région durant ces championnats, notamment les Aquarines, le Stade Français et les Aquanautes de la Réunion pour leur podium.

## RESULTATS N2

### Solos

Julie PORTOLLEAU – Aquanautes la Réunion (4<sup>ème</sup> élim – 3<sup>ème</sup> finale)  
 Hannah SANDERSON – Aquarines Pontault (11<sup>ème</sup> élim – 10<sup>ème</sup> finale)  
 Clémence PAILLARD – Garches AS (15<sup>ème</sup> élim)  
 Flavie BACUET – Aquarines Pontault (16<sup>ème</sup> élim)

### Duos

Aquanautes la Réunion – Emma ASENSIO/Faustine SCHREIBER (12<sup>ème</sup> élim et finale)  
 Ermont NA – Gaëlle BOCHET/Clémence MAILLARD (16<sup>ème</sup> élim)  
 Aquarines Pontault – Flavie BACUET/Caroline PELLEGRINI (19<sup>ème</sup> élim)  
 VGA St Maur – Jade VAN DRIESSCHE/Audrey RAGUET (21<sup>ème</sup> élim)  
 CERGY NS – Marie DECROIX/Candice PICARD (22<sup>ème</sup> élim)

### Equipes

Stade Français (2<sup>ème</sup> élim et finale)  
 Aquarines Pontault (4<sup>ème</sup> élim – 3<sup>ème</sup> finale)  
 Aquanautes la Réunion (3<sup>ème</sup> élim – 4<sup>ème</sup> finale)  
 ES Massy (14<sup>ème</sup> élim)  
 Cergy NS (15<sup>ème</sup> élim)

### Combinés

Stade Français (2<sup>ème</sup> élim et finale)  
 Cergy NS (10<sup>ème</sup> élim – 11<sup>ème</sup> finale)  
 Nymphéas Rueil Malmaison (19<sup>ème</sup> élim)  
 Elan Chevilly la rue (22<sup>ème</sup>)

### Imposés

Clt	NOM PRENOM	ANNEE NAISSANCE	CLUB
1	TREMBLE Laura	1999	AS NS LES AQUARINES
2	TREMBLE Charlotte	1999	AS NS LES AQUARINES
3	MURESAN-VINTILA Laura	1999	STADE FRANÇAIS
13	PORTOLLEAU Julie	1999	LES AQUANAUTES
16	TELLIER Marine	2000	STADE FRANÇAIS
21	SANDERSON Hannah	1997	AS NS LES AQUARINES
26	DIETERLEN Agathe	1997	STADE FRANÇAIS
40	BOCHET Gaëlle	1997	ERMONT NATATION ARTISTIQUE
44	ROUGEAU Elina	1997	ES MASSY NATATION
49	MAILLARD Clemence	1997	ERMONT NATATION ARTISTIQUE
50	PACHECO Justine	2000	STADE FRANÇAIS
53	DURAND Agathe	1998	LES AQUANAUTES
58	MOREAU Emma	2000	LES AQUANAUTES
61	PAILLARD Clémence	1998	GARCHES AQUA'SPORTS
67	ASENSIO Emma	1998	LES AQUANAUTES
73	DECROIX Camille	1998	CERGY NAT SYNCHRO
73	PARIS Camille	1998	LES AQUANAUTES
75	VALLEE Camille	1998	AS NS LES AQUARINES
78	LOYER Enola	1998	LES AQUANAUTES
79	RAGUET Audrey	1999	VGA ST-MAUR
83	SCHREIBER Faustine	1998	LES AQUANAUTES
85	COLAS Cécile	1998	STADE FRANÇAIS
86	DA COSTA Elsa	1998	AS NS LES AQUARINES
99	SAMPERIZ Emmanuelle	1998	LES AQUANAUTES
104	MORI Olivia	1998	ES MASSY NATATION

106	PELLEGRINI Caroline	1999	AS NS LES AQUARINES
107	BACUET Flavie	1998	AS NS LES AQUARINES
108	PICARD Candice	1998	CERGY NAT SYNCHRO
108	ADARY Tehila	2000	STADE FRANÇAIS
110	HARDOT Paule	1999	AS NS LES AQUARINES
113	CARBONE Serena	1999	STADE FRANÇAIS
116	ZANINI Mallory	1998	CERGY NAT SYNCHRO
117	TROUILLET Mélisande	2000	STADE FRANÇAIS
120	MESSAGER Alice	1999	STADE FRANÇAIS
121	GRAICHE Pauline	1999	AS NS LES AQUARINES
134	BECHU Juliette	1999	LES AQUANAUTES
136	JACQUET Mélanie	1998	AS NS LES AQUARINES
137	WARIN Lou	2000	ES MASSY NATATION
139	MORI Ornella	1998	ES MASSY NATATION
141	NICOLAS Océane	1998	AS NS LES AQUARINES
144	VAN DRIESSCHE Jade	1997	VGA ST-MAUR
150	BONNERY Laure	1998	LES AQUANAUTES
183	N GUYEN Phong-Thi	1998	CERGY NAT SYNCHRO
185	PREAUBERT Lisa	1997	ES MASSY NATATION
186	BOULLENGER Emma	1999	CERGY NAT SYNCHRO
196	METTOUCHI Emma	2000	ES MASSY NATATION
202	CATHELINE Alexandra	2000	ES MASSY NATATION
206	CHAVEROCHE Manon	1997	CERGY NAT SYNCHRO
223	DEMARET Anaëlle	1997	CERGY NAT SYNCHRO



Podium duos N1 (1<sup>ère</sup> Pays d'Aix – 2<sup>ème</sup> Aquarines Pontault – 3<sup>ème</sup> Nantes Léa Lagrange)

## RESULTATS N1

### Solos

Laura MURESAN – Stade Français (12<sup>ème</sup> élim, 8<sup>ème</sup> finale)

### Duos

Aquarines Pontault – Charlotte & Laura TREMBLE (2<sup>ème</sup> élim et finale)

### Equipes

Aquarines Pontault (9<sup>ème</sup> élim – 10<sup>ème</sup> finale)

Stade Français (11<sup>ème</sup> élim et finale)

Aquanautes la Réunion (12<sup>ème</sup> élim et finale)

**Combinés**Aqarines Pontault (élim et finale : 9<sup>ème</sup>)Stade Français (Elim 10<sup>ème</sup> - finale : 8<sup>ème</sup>)**Imposés**

Clt	NOM PRENOM	ANNEE NAISSANCE	CLUB
6	TREMBLE Charlotte	1999	AS NS LES AQUARINES
8	TREMBLE Laura	1999	AS NS LES AQUARINES
16	MURESAN-VINTILA Laura	1999	STADE FRANÇAIS
51	SANDERSON Hannah	1997	AS NS LES AQUARINES
52	PORTOLLEAU Julie	1999	LES AQUANAUTES
65	PACHECO Justine	2000	STADE FRANÇAIS
72	DIETERLEN Agathe	1997	STADE FRANÇAIS
77	TELLIER Marine	2000	STADE FRANÇAIS
86	BACUET Flavie	1998	AS NS LES AQUARINES
87	ASENSIO Emma	1998	LES AQUANAUTES
92	PARIS Camille	1998	LES AQUANAUTES
95	DURAND Agathe	1998	LES AQUANAUTES
102	COLAS Cécile	1998	STADE FRANÇAIS
103	VALLEE Camille	1998	AS NS LES AQUARINES
107	PELLEGRINI Caroline	1999	AS NS LES AQUARINES
113	SCHREIBER Faustine	1998	LES AQUANAUTES
115	HARDOT Paule	1999	AS NS LES AQUARINES
116	SAMPERIZ Emmanuelle	1998	LES AQUANAUTES
117	DA COSTA Elsa	1998	AS NS LES AQUARINES
122	LOYER Enola	1998	LES AQUANAUTES
128	MESSAGER Alice	1999	STADE FRANÇAIS
130	TROUILLET Mélisande	2000	STADE FRANÇAIS
131	CARBONE Serena	1999	STADE FRANÇAIS
132	NICOLAS Océane	1998	AS NS LES AQUARINES
133	MOREAU Emma	2000	LES AQUANAUTES
135	GRAICHE Pauline	1999	AS NS LES AQUARINES
137	ADARY Tehila	2000	STADE FRANÇAIS
141	BONNERY Laure	1998	LES AQUANAUTES
142	RONDOT JULOU Oceane	1999	AS NS LES AQUARINES
151	BECHU Juliette	1999	LES AQUANAUTES

## **COMMISSION NATATION COURSE du mardi 21 avril**

Présents : Mmes CHARLOPIN et HAMON  
Mrs MOMMAILLE et FUNKE

La commission accueille un nouveau membre nouvellement élu au comité directeur Mr FUNKE.

### **I. Délégué aux futures compétitions**

#### **Championnat régionaux d'été 12, 13 et 14 Juin**

Piscine Georges VALLEREY (PARIS)  
Mme HAMON et Mr MOMMAILLE

#### **XVIIIème Coupe des Départements Benjamins Trophée Alex-JANY 20 Juin**

Piscine de CHEVREUSE  
Mr FUNKE

#### **Trophée Interrégional Lucien ZINS 4 et 5 Juillet**

Piscine Christiane et Guy CANZANO (SARCELLES)  
Mr MOMMAILLE

#### **Championnats de Nationale 2 d'été 10, 11 et 12 Juillet**

Piscine de SARTROUVILLE  
Mr MOMMAILLE

### **II. Camp d'été**

La commission met en place un camp d'entraînement pour des benjamins nés en 2003 et des poussins nés en 2004 titulaires du pass compétition du 6 au 10 juillet 2015 à GRAND COURONNES.

Le montant du stage est de 340 €.

La commission recherche des entraîneurs de groupes Poussins Benjamins pour l'encadrement de ce stage.

### **III. Eau libre**

Félicitations à Carolie CODEVELLE de l'AAS SARCELLES Natation 95 et Axel REYMOND du CN FONTAINEBLEAU-AVON pour leurs 3<sup>ème</sup> place aux 10 km à NOUMEA.

**Le Président : Christian MOMMAILLE**



**Nagez grandeur  
Nature** *Découvrez la natation  
en milieu naturel.*

Le Comité Régional d'Ile de France recherche deux **animateurs diplômés BEESAN ou BP AAN** pour son action « Nagez Grandeur Nature » pour le mois de juillet 2015.

Lieu de travail : Ile de loisirs régionale Ile de France de Jablines -Annet (77)  
35 heures par semaine : fixe + indemnité de déplacement et de repas

**Contact : Jean-Jacques BEURRIER 06.84.94.55.00**  
**Adresser CV et lettre de motivation à l'adresse du comité**



## **Opération « Savoir Nager » 2015**

L'opération « Savoir Nager » est un programme d'apprentissage de la natation, initié par le Ministère chargé des sports, et mis en place par la Fédération Française de Natation. L'objectif de cette opération est d'offrir aux enfants âgés de 6 à 12 ans le bagage essentiel qui leur permette d'acquérir un savoir nager sécuritaire.

### **I. Présentation du dispositif**

Les principes qui régissent le concept :

- 15 séances de natation d'une heure
- Enfants âgés entre 6 et 12 ans, ne sachant pas nager
- Groupe constitué de 8 enfants minimum à 12 enfants maximum,
- Séances dispensées par des professionnels
- Cours gratuits pour les enfants, hors coût d'assurance intégrée dans la licence spécifique à l'opération fixée à 15 euros.

### **II. L'année dernière**

L'année dernière, 6 367 enfants ont bénéficié de l'opération au niveau national répartis sur 152 sites. Depuis le début de l'opération en 2008, 26 188 enfants ont bénéficié des avantages de ce dispositif.

Les six sites mis en place en Ile-de-France l'ont été par trois clubs FFN, le comité départemental de Natation de la Seine St Denis, un club de triathlon et une collectivité.

### **III. Mise en place d'un cycle**

Dans un premier temps, il vous faut identifier

- Le public concerné  
Il faut communiquer dans les écoles, collèges, auprès du centre de loisirs. A noter que la fédération vous envoie des supports de communication avant le début de l'opération (en général dans le courant le mois de juin).
- Un lieu de pratique : une ligne d'eau peut suffire !
- Un encadrement : il faut un éducateur diplômé et qu'un évaluateur ENF fasse passer le Sauv'Nage
- Les ressources à mobiliser : un ou plusieurs bénévoles qui seront en charge de l'organisation, qui impulseront le rapprochement avec les élus communaux, qui constitueront les dossiers de demandes de subventions, et qui s'assureront de la bonne réception de la dotation FFN ainsi que de la réalisation d'un bilan de l'opération.
- Les moyens financiers à engager

#### **Concernant le financement de l'opération :**

La mise en place d'un cycle (15 séances) s'appuie sur un budget prévisionnel de l'ordre de 1 200€. La rémunération du ou des éducateurs étant le poste de dépenses le plus important.

Plusieurs possibilités de financement sont envisageables via des aides :

- Des collectivités locales sous la forme de mise à disposition d'un bassin et/ou d'un éducateur
- Du Ministère des sports et de la FFN. Cette aide est fixée à 100 € par cycle d'apprentissage et 10 € pour les enfants licenciés et ayant suivi l'intégralité des 15 séances (donc potentiellement 220€ par cycle). Cette aide est versée après l'opération à tous les clubs ayant mis en place l'opération.
- Du Centre National pour le Développement du Sport (CNDS) : l'enseignement de la natation (dont l'Opération Savoir Nager) fait partie des priorités nationales. La date limite de dépôt des dossiers est le 8 mars.
- De la politique de la ville: Pour les clubs qui sont situés sur des territoires en politique de la ville (la liste est consultable sur le site de la DRJSCS d'Ile-de-France), il faut contacter les délégués du préfet dans les sous-préfecture qui peuvent aider au financement de l'opération.

#### **Pour plus d'informations :**

Un document complémentaire est en ligne sur le site du comité à cette adresse :

<http://satellite.ffnatation.fr/rsc/1592/fichiers/dossiers/3799.pdf>



## **Formation/rencontre sur le thème du Développement des Aspects Mentaux de la Performance**

### **Intervention de Jean-Michel MATTUISSI, CTSR Ile de France**

Sous la forme d'échanges, d'informations et d'expérimentations, il sera proposé d'intégrer le développement des aspects mentaux de la performance à l'entraînement. Cette formation s'adressera en priorité à des éducateurs et entraîneurs de jeunes nageurs (euses) poussins à minimes quels que soient leurs niveaux.

Les participants seront invités à expérimenter par eux-mêmes l'utilisation d'outils associés au développement d'aspects mentaux afin de mieux percevoir l'intérêt d'une mise en œuvre auprès de jeunes nageurs.

L'objectif à terme est de travailler à une optimisation de l'engagement des nageurs (euses) à l'entraînement et de les préparer à une meilleure gestion de situations de compétition.

**DIMANCHE 17 MAI 2015 ET DIMANCHE 14 JUIN 2015**

**COMITE ILE DE FRANCE DE NATATION**

**163 BOULEVARD MORTIER 75020 PARIS**

#### **Public privilégié**

Entraîneurs de clubs licenciés FFN de jeunes nageurs (euses) poussins à minimes (tout niveau)

#### **Participation financière**

45 Euros par participant pour les deux jours

#### **Accès**

Tramway ligne T3 arrêt « Porte des Lilas »

Métro ligne 3 bis ou ligne 11 arrêt « Porte des Lilas »

# Programme

## Dimanche 17 mai 2015 :

- 9h : accueil
- Présentation de l'approche
- Pratique n°1 à la détermination d'objectifs
- Pratique n°2 exemple d'entraînement à l'acquisition d'outils spécifiques au DAMP
- 12h30 : repas

## Après-midi :

- 14h : Pratique n°3 mise en œuvre d'un entraînement à des outils spécifiques
- Socle à un DAMP intégré à l'entraînement : Aspects fondamentaux
- Projection sur une première mise en application d'un DAMP
- 17h fin de première journée

## Dimanche 14 juin 2015 :

- 9h : Retour sur une première tentative d'intégration du DAMP à l'entraînement
- Imagerie mentale à l'action technique
- Pratique n°4 exemple de séance spécifique à l'imagerie d'actions
- Stratégie d'approche de compétition
- 12h : repas

## Après-midi :

- 13h30 : Pratique n°5 préparation à la gestion d'une situation de compétition
- Réflexion sur la projection d'une mise en application contextualisée d'un DAMP
- Questions diverses
- 16h30 fin de la rencontre



## Bulletin d'inscription

**Date limite de réception à l'ERFAN Ile de France : lundi 4 mai 2015 à 17h  
16 places disponibles**

Nom : ..... Prénom : .....

Club : .....

Adresse Mail : ..... Tél : .....

Souhaite participer à la formation sur le thème du DAMP

Date : ..... signature : .....

### Pièces à joindre obligatoirement

- Récépissé de licence FFN 2014-2015
- Chèque de 45€ à l'ordre du Comité Île de France de Natation



**FORMATION CONTINUE DES ENTRAINEURS DE NATATION**  
**AU PÔLE FRANCE D'AMIENS DU 18 AU 22 MAI 2015**  
**« STAGE D'IMMERSION EN POLE FRANCE ET ESPOIRS »**

Depuis sa création en 1997, la structure Natation Course d'Amiens, accueille dans un contexte de forte concurrence nationale des nageurs(ses) qui démontrent au fil des années la très grande qualité de la préparation proposée, validée par de nombreuses sélections et récompenses internationales. Mélanie Hénique, Jérémy Stravius, multi médaillé mondial, et de nombreux autres internationaux en sont les meilleurs exemples.

Sous la houlette de Michel Chrétien sur le Pôle France et de Mathieu Neuillet sur le Pôle Espoir, cette structure rassemble à la fois de jeunes nageurs ainsi qu'un collectif de haut niveau, qui a, dès maintenant, le regard tourné vers Rio 2016.

L'INFAN (Institut National de Formation des Activités de la Natation) organise une formation continue des entraîneurs de natation course à AMIENS du 18 au 22 mai 2015. L'objectif de cette formation est de permettre à des entraîneurs de clubs de s'immerger dans le fonctionnement d'une structure de haut niveau et vivre pendant une semaine la préparation de nageurs en s'imprégnant des techniques et méthodes d'entraînement proposées.

L'encadrement du stage

- Coordinateur de la formation sur site : Monsieur Jean Louis Morin, Cadre Technique Formation – FFN
- Encadrement sportif:
  - Entraîneur du Pôle France : Monsieur Michel CHRETIEN
  - Entraîneur du Pôle Espoir : Monsieur Mathieu NEUILLET

Effectif maximal de 8 stagiaires : Dans sa lettre de motivation, le stagiaire précisera son niveau de pratique d'entraînement ainsi que les objectifs qui l'amènent à suivre cette formation. En cas d'un nombre d'inscriptions supérieur au nombre de places disponibles, les dossiers complets seront retenus dans leur ordre d'arrivée (sous respect des conditions d'inscription).

Niveau minimal d'exigences demandées : entraîner des nageurs de catégories d'âges à un niveau national

**THEMES DU STAGE :**

L'entraînement de l'élite dans une structure de haut niveau :

- Observer : Quoi ? Pourquoi ? Comment ? Observation de 2 structures du Parcours d'Excellence Sportive :
  - le Pôle Espoirs
  - le Pôle France avec des grilles d'observations des séances d'entraînement, des pratiques et savoir-faire des entraîneurs, des comportements des nageurs.
- Entraîner : dans quel contexte ? le suivi des séances, la planification, contexte de l'environnement des pôles
- Les stagiaires seront au plus près de la démarche pédagogique et méthodologique
- Interventions des entraîneurs sur leurs démarches et sur des thématiques liées à la préparation des athlètes de haut niveau

**ORGANISATION :**

Chaque jour, les stagiaires observeront les 2 groupes d'entraînement et bénéficieront de cours en salles sur la méthodologie d'entraînement proposés par les 2 entraîneurs.

D'autres échanges avec l'encadrement (transversal) seront envisagés (responsable des pôles, préparateur physique, médecin, ...). Les interventions en face à face pédagogique se déroulent entre les entraînements.

Un bilan écrit en fin de stage sera demandé par l'INFAN sur le vécu du stagiaire au cours de la semaine, ce qu'il a appris, ce en quoi cette action l'a transformé etc...

A la réception de ce bilan de stage, l'INFAN délivrera une attestation de formation.

**PLANNING PREVISIONNEL DE FORMATION :**

Du lundi 18 Mai 2015 à 6h30 (rendez-vous à l'accueil de la piscine) au vendredi 22 Mai 2015 à 14h00.  
 Nous conseillons aux stagiaires d'arriver la veille

**Volume total de formation : 35 heures**

CET EMPLOI DU TEMPS EST SUSCEPTIBLE D'EVOLUER

	<u>LUNDI 18/05</u>	<u>MARDI 19/05</u>	<u>MERCREDI 20/05</u>	<u>JEUDI 21/05</u>	<u>VENDREDI 22/05</u>
<u>6h45</u>	ENTRAÎNEMENT	ENTRAÎNEMENT	ENTRAÎNEMENT	ENTRAÎNEMENT	ENTRAÎNEMENT
<u>9h15</u>					
<u>9h30</u>	MUSCULATION	INTERVENTION & ECHANGES M. CHRETIEN	MUSCULATION	INTERVENTION & ECHANGES M. NEUILLET	MUSCULATION
<u>11h</u>					
<u>12h</u>	ECHANGE PREPARATEUR PHYSIQUE		ECHANGE PREPARATEUR PHYSIQUE		BILAN JL MORIN
<u>13h</u>	REPAS				
<u>14h</u>	INTERVENTION JL MORIN	INTERVENTION JL MORIN	INTERVENTION & ECHANGES M. CHRETIEN	INTERVENTION JL MORIN	
<u>15h30</u>	ENTRAÎNEMENT	16h15 PPG		16h15 PPG	
<u>17h</u>		ENTRAÎNEMENT		ENTRAÎNEMENT	
<u>17h30</u>					
<u>19h00</u>					

Les frais d'hébergement et de restauration sont à la charge des stagiaires. Les stagiaires gèrent leurs propres modes de réservation.

HOTEL IBIS (Cathédrale) : 4, rue du Marechal de Lattre de Tassigny 80000 AMIENS TEL :03 22 92 57 33

AUBERGE DE JEUNESSE (Chambres individuelles) : 30 square Friant - les 4 Chênes 80000 AMIENS CEDEX 1 TEL :03 22 30 27 30 <http://www.fuaj.org/Amiens>

**COUTS PEDAGOGIQUES :**

Participation de 800 € TTC par stagiaire à régler à l'INFAN par chèque à l'ordre de l'INFAN-FFN ou par virement bancaire. Domiciliation

CREDITCOOP PARIS NATATION  
Code Banque 42559 Code Guichet 00008  
N° Compte 410200028844 Clé 86  
IBAN  
FR 76 4255 9000 0841 0200 2884 486

Pour les entraîneurs salariés, possibilité de prise en charge par un organisme collecteur (OPCA) dans le cadre de la formation professionnelle continue.

Pour toute demande de prise en charge OPCA, ci-dessous les informations à communiquer :

INFAN de la FEDERATION FRANÇAISE DE NATATION

N° de déclaration organisme de Formation INFAN FFN : 11 75 34540 75

- Tour Essor, 14 rue Scandicci, 93508 PANTIN Cedex
- 01 41 83 87 70 -  01 41 83 87 69
- [www.ffnatation.fr](http://www.ffnatation.fr) Mail : [ffn@ffnatation.fr](mailto:ffn@ffnatation.fr)

TVA INTRA COMMUNAUTAIRE SIRET 775 695 802 00055 - APE 9312 Z

**INFORMATIONS COMPLEMENTAIRES :**

- Jean Louis MORIN, CTN Formation - coordonnateur de la formation : [jl.morin@ffnatation.fr](mailto:jl.morin@ffnatation.fr)
- Catherine ARRIBE, Responsable INFAN : [catherine.arribes@ffnatation.fr](mailto:catherine.arribes@ffnatation.fr) – 01.41.83.87.64
- Solène LAMBALLE, Assistante INFAN : [solene.lamballe@ffnatation.fr](mailto:solene.lamballe@ffnatation.fr) – 01.41.83.87.67

## **Formation Continue Professionnelle Entraîneurs Natation**

Fiche d'inscription à renvoyer par email à Jean-Louis MORIN : [jl.morin@ffnatation.fr](mailto:jl.morin@ffnatation.fr)

DATE LIMITE D'INSCRIPTION : mercredi 13 mai 2015

Nom : \_\_\_\_\_

Prénom : \_\_\_\_\_

Mail : \_\_\_\_\_

Tél : \_\_\_\_\_

Financement prévu pour la formation :

Fonds personnels

- OPCA
- Employeur
- Pôle Emploi

Autre (à préciser)  \_\_\_\_\_

Pour être pris en compte, le dossier d'inscription doit obligatoirement comporter :

- une lettre expliquant les motivations à participer à la formation et attestant du niveau d'entraînement minimum requis (catégories d'âges au niveau national) – par email

- un chèque de caution de 800 € à l'ordre de l'INFAN-FFN (même si un financement OPCA est prévu) – par courrier (FFN- INFAN, 14 rue Scandicci, 93508 Pantin Cedex)

En cas d'un nombre d'inscriptions supérieur au nombre de places disponibles, les dossiers seront retenus dans leur ordre d'arrivée (sous respect des conditions d'inscription).

Lieu : Club d'Amiens Métropole Natation

Piscine Le Coliseum Rue Caumartin 80000 AMIENS

tél. 03.22.72.66.98

Dates de la formation :

Du lundi 18 mai 2015 à 6h30 (il est conseillé d'arriver la veille) au vendredi 22 mai à 13h00.

Modalités pédagogiques : 35 heures de formation alternant des cours théoriques, des cours pratiques avec de l'observation de séances d'entraînements et des échanges avec les encadrants.

Coût pédagogique de la formation:

Salariés du secteur privé : 800 € TTC

Contactez l'INFAN pour toute demande d'informations concernant la prise en charge financière.

Frais annexes : les frais de transports, de restauration et d'hébergement sont à la charge des participants.