Bulletin Officiel d'information
du comité d'Ile de France de la Fédération Française de Natation

JEUDI 17 MARS 2016 - N° 3209

RAPPEL

L'assemblée générale du comité se tiendra à SARCELLES

le samedi 9 avril 2016 à 9 heures

Appel à candidatures

Il reste un poste masculin et un poste féminin à pourvoir au comité directeur.
Les postulants, régulièrement licenciés, doivent faire acte de candidature avant le vendredi 18 mars 2016 à 16 heures.

- Soit par lettre recommandée (cachet de la poste faisant foi).
- Soit en déposant la candidature au comité (un accusé réception leur sera remis).

Ces candidatures doivent être faites sur papier libre, avec :

- Nom et prénom
- Adresse postale et adresse e-mail
- Date et lieu de naissance
- Nationalité
- Numéro de licence complet de la saison en cours
- Curriculum vitae
- Lettre de motivation

Jury Régional lors du Tournoi sportif des Grandes Ecoles de la Défense (TSGED)
à l'école Polytechnique (Palaiseau 91) le vendredi 11 mars 2016

163, boulevard Mortier 75020 PARIS - Tel. : 01 40 31 19 20 - Fax : 01 40 31 07 25
http://www.cif-natation.fr - email : cif@cif-natation.fr
Siret : 784 808 818 000 24 - NAF 9312 Z - N° de déclaration d'existence : 117 522 584 75

COMMISSION NATATION SYNCHRONISEE

Prochaine compétition

CHAMPIONNATS N3 JUNIORS
Samedi 19 et dimanche 20 mars 2016
Parvis de la Préfecture
95000 CERGY PREFECTURE

I. N3 Juniors

Samedi 19 Mars 2016 - Ouverture des portes 13H30

13h45 - 14h430	Entraînement imposées espoirs
14h35	Réunion du Jury
14h50 - 16h50	Compétition de figures imposées (si 4 ateliers)
17h00	Podium imposées
17h15 - 17h35	Entraînement des duos 1 à 9
17h40 - 18h00	Entraînement des duos 10 à 17
18h10 - 19h25	Compétition des duos
19h30 - 19h45	Entraînement des combinés
20h00 - 20h20	Compétition des combinés
20h30	Podiums duos et combinés

Dimanche 20 Mars 2016 - Ouverture des portes 13H30

13h45 - 14h15	Entrainements équipes de 1 à 5
14h20 - 14h50	Entraînements équipes 6 à 10
15h00 - 16h00	Compétition équipes
16h05 - 16h20	Entraînement des solos
16h30 - 17h30	Compétition solos
17h40	Podiums des solos et équipes

ATTENTION LES HORAIRES PEUVENT EVOLUER PENDANT LA COMPETITION
PETIT RAPPEL : LES OFFICIELS ENGAGEES LE SONT POUR LA ½ JOURNEE COMPLETE

II. Compte rendu du regroupement collectif jeunes

Un grand merci au club de JA DRANCY pour le partage de leurs installations.

21 nageuses présentes issues de 10 clubs différents.

- ✓ Au programme PPG de 9h30 à 12h30

La préparation physique adaptée à la Natation Synchronisée était dirigée par Carole RAVAUD
Prise de conscience du corps, des appuis, de l'espace.
Gros travail également sur la souplesse, en travaillant principalement sur les différents placements afin d'appréhender les trois écarts.
Pour terminer travail de mémorisation : Enchainement des divers exercices vus tout au long de la séance.

- ✓ Technique natation synchronisée de 13h30 à 16h30 avec Coraline LEMAIRE

Echauffement en natation (4 nages) suivi de tous les déplacements de base par 25 mètres. A noter une très bonne progression en natation sportive, il reste encore un travail important à effectuer sur les virages.
Pour le spécifique natation synchronisée : certaines nageuses manque encore d'étirement et de gainage.
Deux niveaux bien distincts dans le groupe.
Après cet échauffement les nageuses ont travaillé sur la verticalité et les vrilles.
Pour terminer la séance de façon ludique et relaxante, organisation d'un petit concours de plongeons originaux.
Nos jeunes nageuses ont été très volontaires et appliquées tout au long de cette journée. Elles ont eu à cœur de donner le maximum pour réussir. Merci à nos deux intervenantes pour la qualité de leur travail.

Un regret toutefois l'absence d'entraîneurs, ce regroupement de nageuses est un moment d'échange qui donne aussi la possibilité de découvrir d'autres techniques de d'entraînement.

La Présidente : Marie-Christine MONGIAT

RAPPEL DU PARTENARIAT FFN

-40% en boutique sur présentation de la licence
et sinon -50% sur les évènements sur lesquels MAKE UP FOR EEVER est présent sans besoin de justificatif

COMMISSION NATATION COURSE du mardi 15 mars

Présents Mme CHARLOPIN
MM. MOMMAILLE et DREANO

I. Championnat de France Nationale 2 Hiver à MASSY

La commission à rajouter une finale D exclusivement pour les CADETS sur les 50 et 100 mètres.
Ouverture des portes 7 h le vendredi et le samedi et 6 h 45 le dimanche.
La piscine sera fermée entre les courses du matin et les finales de l'après-midi.
Déléguée : Fabienne CHARLOPIN

II. Meeting de Saint Dizier

Départ Vendredi 25 mars. Rendez-vous sur le parvis de la gare de l'Est à 14h50.
Retour Dimanche 27 mars. Arrivée à la gare de l'Est à 20h53 TER 3912.
Les équipements sont à retirer à partir du lundi 21 mars au comité

III. Eau Libre

Une formation officiel A et B et un recyclage officiels eau libre aura lieu au comité le samedi 2 avril à 8h30.
Pour tout renseignement ou inscription, vous pouvez contacter Christophe BRINGUET : ccbringuet@wanadoo.fr

IV. Finale interrégionale du Trophée Lucien ZINS

Nous n'avons toujours pas de piscine pour la finale du Trophée Lucien ZINS.
Si la commission n'a pas reçu de proposition pour cette compétition le 15 mai 2016 nous envisagerons d'annuler cette finale.

V. Actions

Suite à un désistement la commission lance un appel à candidature pour un entraîneur pour la Coupe de France des Régions à SAINT ETIENNE du 5 au 7 mai.
La commission est aussi à la recherche d'entraîneurs pour encadrer ses actions Minimes le 25 et 26 Juin à AMIENS, Cadets et les Juniors Séniors.

Le Président : Christian MOMMAILLE

Il reste encore quelques places

Alors, n'hésitez pas !

COMITE ILE DE FRANCE DE NATATION

163 boulevard Mortier
75020 PARIS

POUVOIR

Je soussigné(e) …….....

Président(e) du (1) .....…….....

Licence n° .....…….....

Donne pouvoir à ..... Licence n° .....…….....

<u>Membre de notre Club</u>

- pour assister à l'Assemblée Générale du Comité d'Ile de France de Natation qui aura lieu le :

<u>Samedi 9 avril 2016</u>

Centre Sportif Nelson Mandela
Piscine Christiane et Guy CANZANO
Avenue Paul Langevin
95200 SARCELLES

- pour émettre les éventuels votes, prendre part aux délibérations sur les questions portées à l'ordre du jour de cette Assemblée Générale.

Fait à ..... le .....

Signature (2)

<u>Avis importants</u> : (1) Nom du Club en toutes lettres
(2) Faire précéder la signature de la mention « Bon pour pouvoir ».

- Tout pouvoir incomplètement rempli ne sera pas pris en considération.

LES POUVOIRS DOIVENT ETRE REMIS A L'ENTREE DE L'ASSEMBLEE GENERALE
LORS DE LA SIGNATURE DU REGISTRE DE PRESENCE

Le comité régional d'île de France de natation s'implique sur le plan citoyen du sport et par cette implication espère vous aider pour le plan "J'apprends à nager".

En effet, Fanny FRANCEZ a été recrutée pour un CDD de 8 mois.

Ses missions ont été définies comme suit :

Mission générale :
Mise en place et développement de l'action « J'apprends à nager » et « Nager Grandeur Nature » au niveau du comité régional.

Activités du poste :
- Communication :
Promouvoir le plan "J'apprends à nager " auprès des structures du territoire,
Assurer une communication réciproque avec la FFN, les comités départementaux et les cadres techniques.

- Soutien aux clubs souhaitant mettre en place une action "J'apprends à nager" :
Montage du dossier,
Facilitation des liens avec les collectivités,
Facilitation des éventuels recrutements d'éducateurs sportifs

- Identification des zones déficitaires dans l'apprentissage de la natation (en relation avec la DRJSCS, l'Éducation Nationale).
Mise en place d'actions "J'apprends à nager" à l'initiative du comité sur les territoires identifiés (nombre à déterminer).

- Mise en place de l'action "Nager Grandeur Nature" à Jablines en juillet. Des synergies seront recherchées avec l'action "J'apprends à nager".

Espérant que cette embauche vous permettra de participer fortement sur l'action nationale du "j'apprends à nager", n'hésitez pas à contacter Fanny

ff@cif-natation.fr

CONGRES DES CLUBS

DU VENDREDI 3 AU DIMANCHE 5 JUIN 2016

FÉDÉRATION FRANÇAISE NATATION

« LE DÉVELOPPEMENT DE MON CLUB »

FÉDÉRATION FRANÇAISE NATATION | AQUITAINE

Bordeaux a été élue Meilleure Destination Européenne en 2015. Classée au patrimoine mondial de l'humanité par l'UNESCO pour ses ensembles architecturaux remarquables, cette capitale du Sud-Ouest a attiré pas moins de 5 millions de visiteurs en 2015. La Fédération Française de Natation a choisi cette ville pour l'édition 2016 du Congrès FFN des clubs.

Organisé tous les 4 ans, le congrès des clubs est un moment important d'information et d'échanges entre les dirigeants de la natation française.

Autour du thème central : LE DEVELLOPEMENT DE MON CLUB, ce 7° congrès abordera les enjeux auxquels le club doit répondre quotidiennement : les pratiques autres que compétitives, le management de « l'entreprise associative », le projet de performance du club ou la place des activités FFN au sein des piscines publiques.

Elus de la Fédération, professionnels de la natation (salariés et DTN), intervenants extérieurs seront là pour partager avec les dirigeants des clubs ces défis, les moyens et outils pour les relever.

Vous trouverez ici :

- Le planning du congrès
- Le coupon de réservation à renvoyer avant le 9 mai 2016 au comité d'Aquitaine, accompagné du règlement pour validation définitive de votre réservation
- Ainsi que toutes les informations complémentaires et nécessaires

Le Comité d'Aquitaine de Natation aura grand plaisir à vous accueillir et demeure à votre écoute pour que votre séjour sur Bordeaux soit le plus agréable possible.

FÉDÉRATION FRANÇAISE NATATION | AQUITAINE

Organisation du Congrès des clubs

Le Congrès des clubs s'articule autour des enjeux auxquels le club, ses dirigeants, doivent faire face aujourd'hui.

Le sujet du Congrès, « le Développent de mon club » est décliné autour de 4 grands thèmes principaux :

- Le développement des pratiques non compétitives au sein de mon club.
- Le développement de mon association entrepreneuriale et/ou de mon entreprise associative.
- Le développement de mon club sur mon territoire, dans ma piscine.
- Le développement du projet sportif de mon club.

Le Congrès des clubs est élaboré pour que les échanges soient le plus direct et interactif possibles.

Pour les thèmes les plus denses, il y a d'abord une présentation générale qui offre les dernières actualités et tendances et permet un partage des informations incontournables sur le sujet donné.

Suivent ensuite des ateliers, en groupes réduits, pour évoquer la mise en œuvre d'actions pragmatiques liées à la thématique évoquée. Le format court et tournant de ces ateliers permet à chaque congressiste de participer à toutes les discussions.

Le Congrès est rythmé pour que les temps de conférences, d'échanges, de convivialité s'entrecroisent et offrent de vivre ensemble un moment fort, constructif et chaleureux !

La journée du vendredi est consacrée à l'ouverture des travaux, un retour sur le passé, les actions entreprises, un bilan depuis le dernier congrès, et un repas sur une des plus belles vues sur Bordeaux et la Garonne.

Le samedi sera très dense avec des sujets ancrés dans le présent, et une nuit « cabaret ».

Le dimanche nous projettera davantage dans le futur avec la présentation des programmes sportifs à venir et une nouvelle approche du parcours du nageur…

FÉDÉRATION FRANÇAISE NATATION | AQUITAINE

Planning du Congrès des clubs

VENDREDI 3 JUIN

14h :	Café d'accueil - INSEEC
15h – 18h :	Séance plénière Amphithéâtre de l'INSEEC **Ouverture du Congrès**
15h-16h : 16h00 - 16h15 : 16h15 - 18h :	Allocution des personnalités Présentation du Congrès **Présentation de l'état d'exécution du projet fédéral depuis le congrès de Reims**
19h :	Dîner dans la salle panoramique du Mercure Cité Mondiale

SAMEDI 4 JUIN

9h – 10h15 :	Séance plénière – Amphithéâtre de l'INSEEC **Le développement des pratiques non compétitives**
10h15 – 10h30:	Pause
10h30 – 12h30:	Ateliers Atelier 1 : **« J'apprends à nager »** Atelier 2 : **« Natation santé »** Atelier 3 : **« Eveil 0-6 ans »** Atelier 4 : **« Formation de l'encadrement, filière fédérale »**

LE PLAN « CITOYENS DU SPORT » 0-6 ans éveil aquatique NATATION SANTÉ

FÉDÉRATION FRANÇAISE NATATION | AQUITAINE

12h30 : Déjeuner

14h – 15h15 : Séance plénière – Amphithéâtre de l'INSEEC
Le développement de mon association entreprenante, de mon entreprise associative

15h15-15h30 : Pause

15h30-17h30 : Atelier 5 : « **Financer mon club** » - Partenariats
Atelier 6 : « **Gérer mon club** » - Comptabilité
Atelier 7 : « **Animer mon club** » - Management et RH
Atelier 8: « **Promouvoir mon club** » - Communication

17h30 – 17h45 : Pause

17h45 – 19h15 : Séance plénière – Amphithéâtre de l'INSEEC
Développer la place de mon club dans sa piscine

20h : Dîner spectacle au Cabaret de L'ange Bleu à Gauriaguet (Déplacement en bus organisé)

FÉDÉRATION FRANÇAISE NATATION | AQUITAINE

DIMANCHE 5 JUIN

9h - 11h : Séance plénière – Amphithéâtre de l'INSEEC

Le développement du projet sportif de mon club

11h – 11h15 : Pause

11h15 – 12h30 : Amphithéâtre de l'INSEEC
Bilan et derniers échanges du Congrès des clubs 2016
Fermeture et envoi !

FÉDÉRATION FRANÇAISE NATATION | AQUITAINE

Le forfait pour les trois jours du Congrès des clubs est de : **155€ par personne**

Le tarif a été une de nos préoccupations, il est le plus bas possible.
Le Congrès, c'est une fois tous les 4 ans et certains comités aident au financement de la participation de leurs clubs.

Ce tarif inclut :

Les frais de congrès
Les repas du vendredi soir, samedi midi et le repas/spectacle du samedi soir ainsi que les pauses café
La sortie avec déjeuner le samedi pour les accompagnateurs
Le transport en bus pour se rendre au repas spectacle à l'«Ange Bleu»

Ce tarif n'inclut pas :

L'hébergement
Les repas du vendredi midi et du dimanche midi (possible en supplément)

Le règlement par chèque est à envoyer en même temps que l'inscription pour que celle-ci soit définitive, **avant le lundi 9 mai 2016** au :

Comité d'Aquitaine de Natation
Maison Régionale des Sports
2, Avenue de l'Université
33 400 TALENCE

FÉDÉRATION FRANÇAISE NATATION | AQUITAINE

Informations complémentaires

HEBERGEMENT :
La réservation des hôtels pour les congressistes n'est pas organisée par le Comité d'Aquitaine, vous devez vous en charger individuellement.

ATTENTION !! En raison de la proximité de l'EURO 2016 à Bordeaux (une semaine après le congrès), il faut faire très vite pour réserver vos hôtels !

Ci-dessous une liste d'hôtels qui ont encore de la disponibilité à ce jour :

Ibis Bordeaux Bastide (tram à proximité, ligne A)
http://www.ibis.com/fr/hotel-6177-ibis-bordeaux-centre-bastide-cite-du-vin/index.shtml

Balladins à Eysines (tarif sportif appliqué, bus à proximité)
http://balladins-hotel-bordeaux-eysines.com/fre/pages/view/1/pas-cher

Campanile à Artigues (tarif sportif appliqué, véhicule nécessaire)
http://www.campanile.com/fr/hotels/campanile-bordeaux-est-artigues

Fast hôtel à Artigues (véhicule nécessaire)
http://www.fasthotel.com/aquitaine/hotel-bordeaux-artigues

Kyriad à Lormont (tram proche, ligne A arrêt Palmer ou arrêt la Buttinière)
http://www.kyriad.com/fr/hotels/kyriad-bordeaux-lormont

Maison de la promotion sociale (24, Avenue Virecourt à Artigues près Bordeaux)
http://www.maisondelapromotionsociale.org/infospratiques.htm

Hôtel formule Club (5 rue Condorcet à Cenon)
http://www.hotel-formuleclub.com/

Hôtel Quick Palace (1 Rue de la Blancherie à Artigues près Bordeaux)
http://www.quickpalace.com/hotel-13-14-15-bordeaux.html

⇨ **Ces 3 derniers sont accessibles en tram (Ligne A Arrêt Jean Zay – 45 minutes jusqu'à l'INSEEC)**

Merci de nous préciser sur le bulletin d'inscription le nom et l'adresse de votre hôtel, afin que nous puissions organiser le retour en bus le samedi soir.

FÉDÉRATION FRANÇAISE NATATION | AQUITAINE

ACCOMPAGNATEURS :

Le forfait des accompagnateurs est au même tarif (155€/personne) mais comporte une sortie avec déjeuner le samedi.

REPAS SUPPLEMENTAIRES :

Possibilité de réserver le repas du vendredi midi ou du dimanche midi en supplément dans la salle panoramique du Mercure Cité Mondiale au tarif de 35€/ personne/repas.

DEPLACEMENTS :

Un ticket de tram sera fourni avec chaque inscription car l'INSEEC et la Cité Mondiale se trouvent sur une ligne de tram.

Un déplacement en bus pour se rendre à la soirée de gala du samedi soir est prévu par l'organisation.

NATATION | AQUITAINE

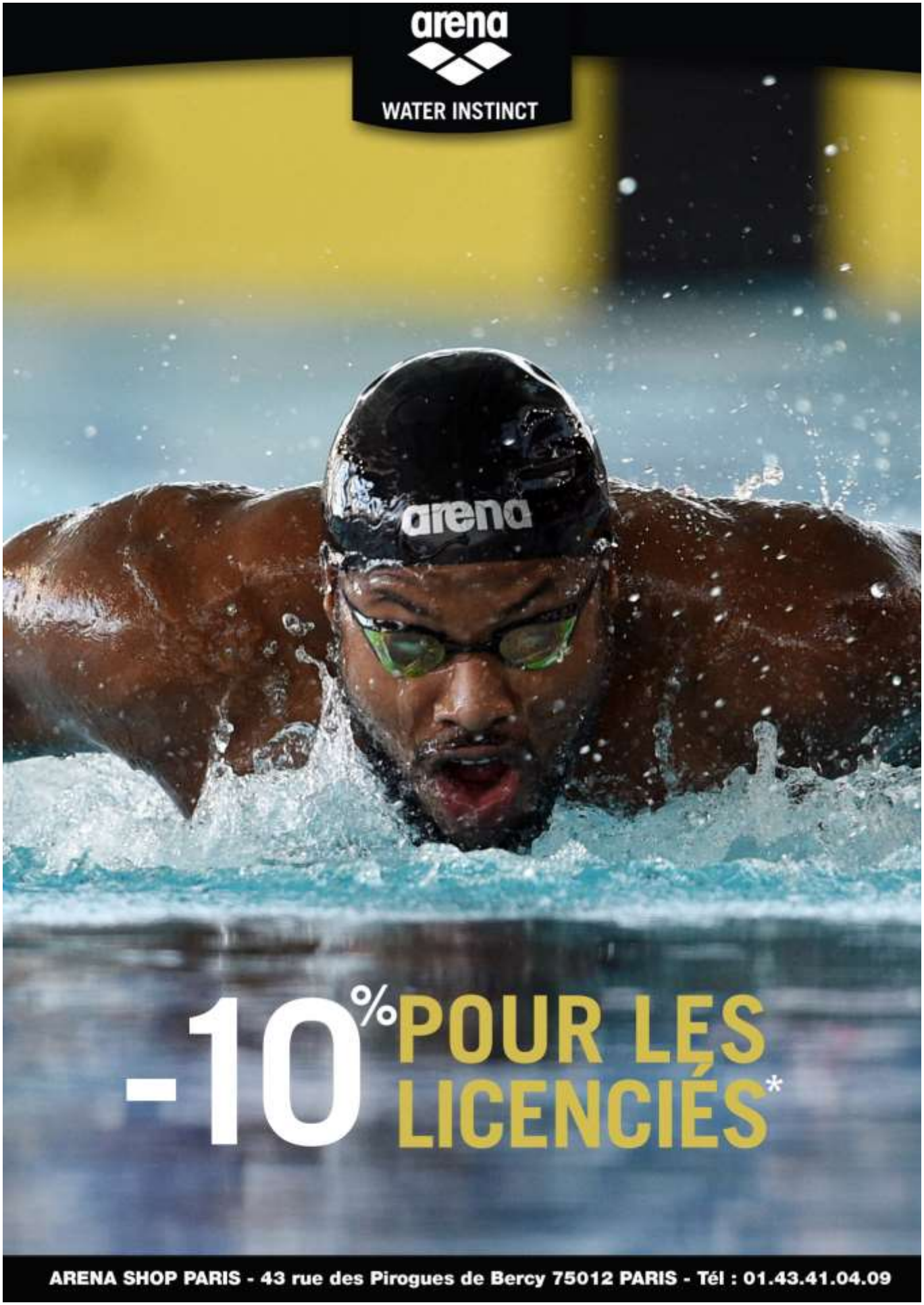
CONGRES DES CLUBS DU 3 AU 5 JUIN 2016 A BORDEAUX

	Forfait **congressiste** (congrès et pauses, dîner du vendredi, déjeuner du samedi, dîner spectacle et transport du samedi soir)	Forfait **accompagnateur** (dîner du vendredi, sortie dans la journée du samedi, transport, déjeuner du samedi, dîner spectacle et transport du samedi soir)	Déjeuner du vendredi midi (Salle panoramique hôtel Mercure Cité Mondiale)	Déjeuner du dimanche midi	Moyen de transport pour se rendre à Bordeaux (cochez la case qui vous convient)		Nom et lieu de votre hôtel (pour organiser le retour en bus le samedi soir)
	155,00 €	155,00 €	35,00 €	35,00 €	Voiture	Train/avion	
CLUB							
Nombre de personnes							
Total	- €	- €	- €	- €			
Total général à régler par chèque à l'ordre du Comité d'Aquitaine de Natation				- €			

Bulletin d'inscription à renvoyer par mail craquitaine.natation-evenements@orange.fr **et par courrier** accompagné du chèque :

Comité d'Aquitaine de Natation - Maison Régionale des Sports - 2 avenue de l'Université - 33400 TALENCE

La facture et un ticket de tram valable pour tout le séjour vous seront envoyés à réception de la réservation

Retrouvez tous ces documents en ligne sur le site web du comité :
http://iledefrance.ffnatation.fr/rsc/1592/fichiers/dossiers/4191.pdf

PARTENAIRE OFFICIEL DU COMITE