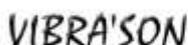


**JEUDI 31 MARS 2016 - N° 3211**



**L'assemblée générale du comité se tiendra à SARCELLES**

**le samedi 9 avril 2016 à 9 heures**

*(le pouvoir est en annexe du présent BO)*

*La brochure de cette AG a été envoyée à tous les clubs fin de semaine dernière*

## **R A P P E L**

### **CANDIDATURES AUX STRUCTURES DU P.E.S. POUR LA SAISON 2016/2017**

Vous êtes candidat à une structure du Parcours de l'Excellence Sportive de la Fédération Française de Natation pour la rentrée 2016.

Le comité régional vous félicite pour votre choix et vous souhaite la meilleure réussite dans votre double projet sportif et de formation.

Vous trouverez, en suivant le lien tous les documents concernant les dossiers de candidature Natation Course, Natation Synchronisée et Plongeon.

<http://iledefrance.ffnatation.fr/script/dossiers.php?idtyp=2&idrub=61>

Les pôles Espoir et France INSEP-FFN-CIF, convoqueront les potentiels entrants, après étude des dossiers de candidature, dont la date limite de dépôt est fixée au 22 avril 2016, pour **une journée de tests et d'entretiens le 11 mai 2016 à l'INSEP**. La présence des sportifs et des parents sera demandée. Les horaires et l'organisation de cette journée seront déterminés en fonction du nombre de personnes convoquées.

## **ERRATUM au compte-rendu du comité directeur paru dans le dernier bulletin**

Dans le paragraphe:

- La candidature « Paris 2024 » se précise : gros affichage national et beaucoup moins au niveau régional. Une commission est mise en place dans le CD 93 pour une mobilisation de tous les franciliens et l'héritage que pourraient obtenir les différents sports.

Veuillez noter que CD 93 signifie Conseil Départemental de Seine St Denis.

### **COMMISSION NATATION SYNCHRONISEE**

Prochaine compétition

#### **CHAMPIONNAT N3 ESPOIRS**

Samedi 16 et dimanche 17 avril 2016

Parvis de la Préfecture

95000 CERGY PREFECTURE

Ouverture des portes les 2 jours 13h30

#### **I. Synchro'Nat du dimanche 27 mars 2016**

Une minute de silence a été observée en hommage à Chantal DARQUIE, figure de la natation synchronisée d'Ile de France, Juge Internationale, fondatrice de la section Natation Synchronisée du club de la VGA St Maur qui nous a quittés le 21 mars 2016.

Nous adressons nos remerciements à la commune de Pontault-Combault pour la mise à disposition des installations gymnase et piscine ainsi que le club des AQUARINES pour leur accueil.

Cette session de synchro'nat ARGENT et OR était dense, 4 épreuves pour chacun des niveaux avec un nombre important de participantes sur le niveau argent. Le nombre d'officiel et leur mobilisation nous ont permis d'organiser tout ceci dans des durées raisonnables, merci aux juges pour leur présence.

##### ➤ Parcours au sol

Il est à noter que le travail doit être renforcé sur

- Fermeture tronc jambe (particulièrement en or) angle de la fermeture 45° ou moins
- Ballet leg debout avec ronds de jambe : il est rappelé que la hauteur du rond de jambe est entre 45° et 90°
- Équilibre fessier : le dos doit être tonique et étiré

Le jury a relevé le travail effectué sur les équilibres, toutes les participantes ont réussi cette partie.

##### ➤ Propulsion technique argent et or

Les juges ont relevé un meilleur niveau des ballets legs tenu et double leg avec une meilleure extension des jambes. Les rétropédalages peuvent encore gagner en étirement mais étaient tout à fait satisfaisants.

##### ➤ Epreuve technique du synchro Or

Malheureusement, le niveau des nageuses n'atteint pas les attentes exigées pour ce niveau de pratique. Certes les figures sont difficiles mais les positions et mouvement de base des figures ne sont pas acquises (queue de poisson, verticale, château, poussée, vrille). Les nageuses ne se placent pas à la marque rouge comme il faudrait, manque de contrôle, de stabilité, d'homogénéité de la figure et de respect des positions. Seule une nageuse valide en montrant des positions et transitions correctes.

#### **II. Commission plénière**

Celle-ci se tiendra le Mercredi 22 juin 2016 dans les locaux du CIF, rappel durant cette réunion, les dirigeants et/ou entraîneurs de clubs sont conviés.

**La Présidente : Marie-Christine MONGIAT**

## **COMMISSION NATATION COURSE du mardi 29 mars**

Présent M. MOMMAILLE

### **I. Meeting de Saint DIZIER**

C'est une belle sélection régionale composée de trente-deux nageurs qui a représenté le Comité Ile de France lors de la 11<sup>ème</sup> édition du meeting de Saint Dizier.

Ce regroupement des meilleurs représentants benjamins(es) régionaux, composé de seize filles et de seize garçons issus de quatorze clubs franciliens, s'est rapidement métamorphosé en une véritable équipe soudée, tous portant fièrement bonnets et tenues floqués aux insignes du comité.

Chacun a su ainsi s'engager et livrer de belles batailles, le plus souvent il est vrai fratricides, lors des courses individuelles et de façon collective, avec peut-être encore plus de mordant lors des relais auxquels ils ont participé.

Félicitons l'ensemble des nageurs(euses) pour leur attitude tout au long du week-end et pour les performances réalisées avec à la clé de nombreux records personnels.

Les résultats des courses sont directement consultables à partir du lien :

<http://www.liveffn.com/cgi-bin/resultats.php?competition=38625&langue=fra> ou

<http://www.liveffn.com/cgi-bin/resultats.php?competition=38627&langue=fra> concernant les relais.

Un chaleureux remerciement aux quatre « coach-accompagnants » de l'équipe : GODEFROY Tohm (CN Paris), LALYS Violaine (SN Versailles), LU-HSING Christel (Neptune Club de France) et MAUPIN Kevin (AASS Natation 95) qui se sont investis sans compter. En faisant preuve de bienveillance à l'égard des nageurs avec passion et professionnalisme ils ont su leur organiser tout au long de ces trois journées un contexte le plus favorable possible à l'expression de leur meilleur potentiel de performance. Des informations chiffrées ont notamment été relevées sur le déroulement des courses. Un récapitulatif sur l'ensemble des informations à destination des entraîneurs est consultable sur le site du Comité.

Nos benjamins ont remportés 62 médailles et quelques records du meeting ont été actualisés.

Ils n'ont laissé aucune chance aux autres clubs sur les 2 relais 4x50 NL et 4x100 4 N en remportant les 3 premières places chez les benjamines et chez les benjamins.

Nous espérons que cette sélection régionale aura permis à nos jeunes espoirs de se forger de bons souvenirs lors de ce meeting. De même qu'à cette occasion ils auront éprouvé du plaisir à intégrer cette équipe et à la faire vibrer au fil des courses.

Nous souhaitons à tous une bonne fin de saison.

**Christian MOMMAILLE (Chef de délégation) & Jean-Michel MATTIUSI (C. Technique)**





Le Comité d'Île de France en collaboration avec le Comité de Seine Saint Denis organisent un « **Camp de pratique ENF** »



**Du Lundi 25 avril au Jeudi 28 avril 2016**

**Piscine de Marville de 13h30 à 17h45 (sauf lundi début à 13h)**

(Chemin de Marville, 93200 Saint-Denis)

*Le « Camp de pratique ENF » s'adresse aux éducateurs impliqués dans l'école de natation de leur club. Il offre l'opportunité d'expérimenter et d'échanger sur une approche pédagogique associée à l'ENF.*

*Cette démarche pédagogique favorise le développement simultané :*

- d'une plus grande capacité psychomotrice générale
- de capacités spécifiques à la pratique d'une discipline
- de compétences incluses au Pass'sports de l'eau et au Pass'compétition.

**Une présence est conseillée durant les 4 ½ journées.**

**Il est demandé d'assister au moins à deux matinées dont celle de la première journée le lundi 25 avril.**

### LA PARTICIPATION EST GRATUITE

*Les frais d'organisation sont pris en charge par les structures d'accueil et organisatrices. Une attestation délivrée par l'ERFAN du Comité d'Île de France pourra justifier d'une formation continue aux Brevets Fédéraux.*

Renseignements complémentaires et inscription préalable auprès de  
[jbrochen@cd93natation.org](mailto:jbrochen@cd93natation.org) ou [cif@cif-natation.fr](mailto:cif@cif-natation.fr)

## OFFRE D'EMPLOI



L'association **NW SPORTS** recherche des **maitres-nageurs** diplômés, sérieux et motivés pour intervenir au sein d'un public entreprise haut de gamme sur Paris.

Nous restons ouverts à toute proposition quel que soit vos disponibilités.

Merci de nous contacter par e-mail ou téléphone

[contact@nwsports.fr](mailto:contact@nwsports.fr)

07.61.02.66.38



**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° .....

Membre de notre Club

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

**Samedi 9 avril 2016**

***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)

Avis importants : (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**

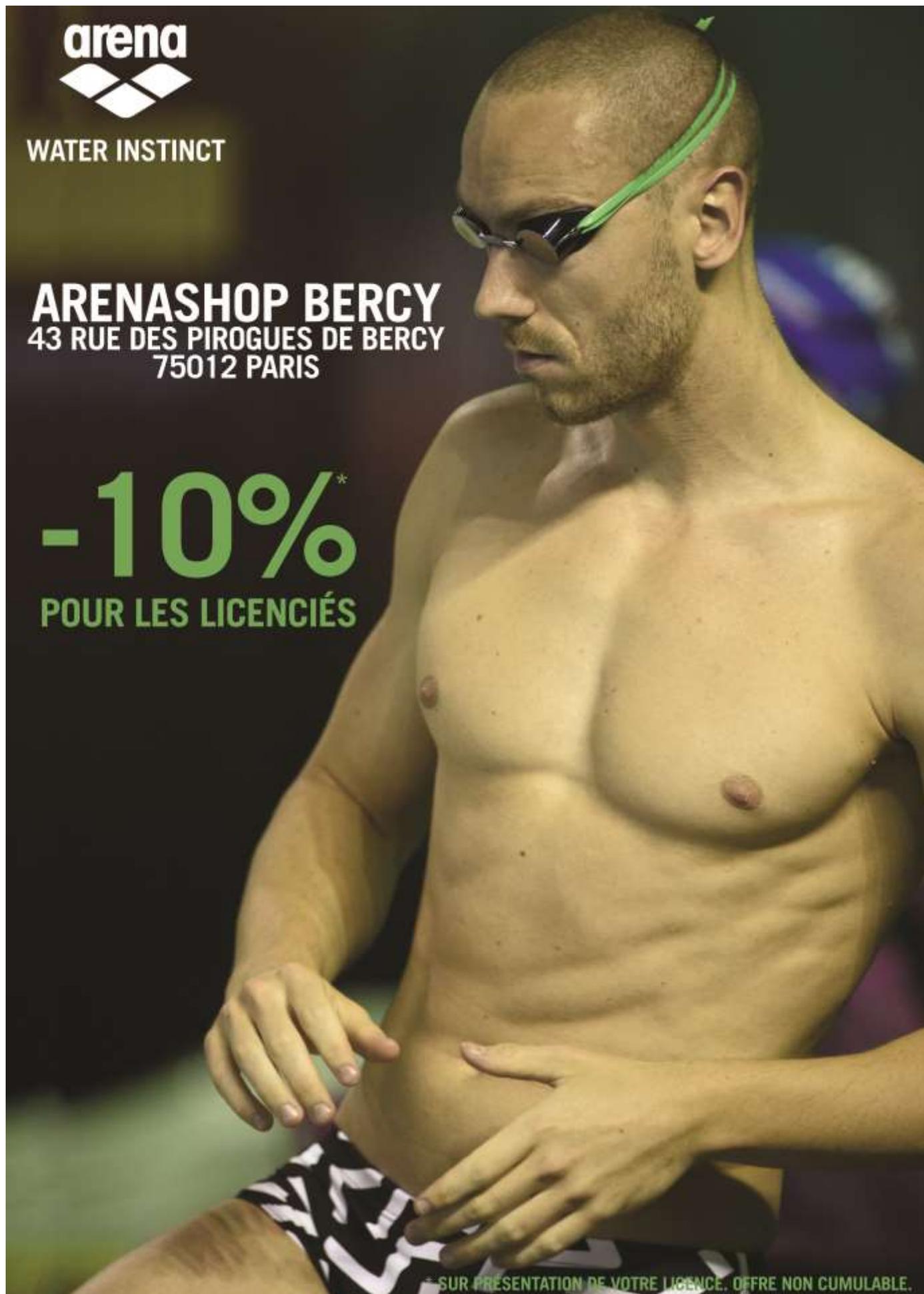
# ARENA : PARTENAIRE OFFICIEL DU COMITE



WATER INSTINCT

**ARENASHOP BERCY**  
43 RUE DES PIROGUES DE BERCY  
75012 PARIS

**-10%\***  
POUR LES LICENCIÉS



\* SUR PRÉSENTATION DE VOTRE LICENCE. OFFRE NON CUMULABLE.