Île de France Natation

Bulletin Officiel d'information

de la ligue Ile de France de la Fédération Française de Natation

FÉDÉRATION FRANÇAISE NATATION

Jeudi 14 septembre 2017 – N°3265

PARIS
Ville candidate Jeux Olympiques de 2024
eurocom Swim
Matmut
arena
ileDeFrance
Liberté • Égalité • Fraternité
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
MINISTÈRE DE LA VILLE, DE LA JEUNESSE ET DES SPORTS

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

COMMISSION WATER-POLO du lundi 11 septembre

Présents Mme HOULLIER et M. GUERGUADJ

I. FFN

Les formules des championnats de France des divisions Pro A Dames et Messieurs de water-polo ainsi que leurs calendriers seront finalisés et validés à l'issue de la prochaine réunion du bureau exécutif le vendredi 15 septembre 2017.

Suite au report de l'ouverture d'ExtraNat (réouverture prévisionnelle d'extraNat le 2 octobre 2017).
Les clubs devront présenter les **licences papiers** de leurs joueurs aux arbitres pour **les premiers matchs** tant qu'extraNat ne sera pas opérationnel.

Championnat d'Europe Junior à Malte du 10 au 17 septembre 2017
Sélection de Remy BOURNONVILLE - SN TAVERNY95.

II. Championnats LIFN

- N3 : le calendrier prévisionnel 2017/2018 transmis aux clubs avec une incertitude sur la 10ème équipe.

- Championnat jeunes
Suite au vœu formulé par la commission de water-polo de la LIFN sur la mixité en catégorie jeunes, la FFN autorise la mixité jusqu'en U17 régional pour les équipes en excellence et en honneur.
Règlement FFN .ART- 1-3-6.
Brassage LIFN U13-U15

U15 - 1ère journée le **24** septembre et 2ème journée le **8** octobre 2017 .

U13-1ère journée le **1er** octobre et 2ème journée le **15** octobre 2017

III. Arbitrage

Une réunion de rentrée arbitres-entraîneurs sera organisée le vendredi 22 septembre 2017 de 19h à 21h au siège de la LIFN.

IV. Information

Formation DEJEPS water-polo en Auvergne.
Elle commencera en octobre prochain, il est encore temps de s'inscrire.
Pour plus de renseignement merci de vous rapprocher de Thierry LEFAURE : 04.70.59.52.82
E-mail : thierry.lefaure@creps-vichy.sports.gouv.fr

Le président : Gérard VENEAU **Le secrétaire : Otheman GUERGUADJ**

COMMISSION NATATION ARTISTIQUE

I. Compte rendu du stage août 2017 de MEGEVE

30 nageuses (des années de naissance de 2003 à 2008) issues de 8 clubs différents (4 départements) étaient présentes à ce regroupement, organisé à MEGEVE.

ENCADREMENT

- Carole RAVAUD - Professeur de Danse
- Céline KOECHLIN - Entraîneur DEJEPS
- Alexandra DOUILLARD - Entraîneur DEJEPS
- Nathalie LAVOUX - Entraîneur DEJEPS – Directrice du stage

LISTE DES NAGEUSES

NOM & PRENOM	ANNEE DE NAISSANCE	CLUB	GROUPE
ABER Camille	2005	ES MASSY NATATION	B
ALAVEZ Laelys	2007	AS CORBEIL-ESSONNE	A
ARAB Noémie	2005	AS NS LES AQUARINES	A en natation B en synchro
AZNAR Clélie	2008	AS CORBEIL-ESSONNE	B
CALLENNEC Maelys	2004	AS CORBEIL-ESSONNE	A
COTTIGNY Claire	2005	NYMPHEAS RUEIL MALMAISON	A
DAPOIGNY Juliette	2004	AS CORBEIL-ESSONNE	A
DESJOUIS Alia	2005	CERGY NS	B
DUBOIS Marine	2003	AS CORBEIL-ESSONNE	A
GAILLARD Margo	2005	ES MASSY NATATION	B
JORROT Auriane	2005	AS NS LES AQUARINES	A
JORROT Mathilde	2007	AS NS LES AQUARINES	B
KNAAK Eva	2007	AS CORBEIL-ESSONNE	B
LEBEAU Suzanne	2006	STADE FRANCAIS	B
LENOBLE Timéa	2005	AS CORBEIL-ESSONNE	A
LEPRETRE Jeanne	2005	NYMPHEAS RUEIL MALMAISON	A
LETOCART Luna	2006	AS NS LES AQUARINES	A en natation B en synchro
MARTIN Camille	2005	ES MASSY NATATION	B
MOKKEDEM Manel	2006	AS NS LES AQUARINES	B
POULAIN Lise	2006	AS CORBEIL-ESSONNE	A
RENAULT Anne-Liv	2005	GARCHES AQUA'SPORTS	B
SERCIEN Nassayani	2006	ES MASSY NATATION	B
STANISLAWSKI Mathilde	2005	GARCHES AQUA'SPORTS	B
STOCHMIL Morgane	2007	AS CORBEIL-ESSONNE	B
STRICHER Jeanne	2005	GARCHES AQUA'SPORTS	B
TAPIE Prune	2007	CA ORSAY	A
THEVENIN Savane	2005	STADE FRANCAIS	A
TRIFT Alexia	2006	GARCHES AQUA'SPORTS	B

ENVIRONNEMENT

- **Hébergement :**
  Le groupe était réparti sur 2 étages, avec les Entraîneurs également sur les 2 étages, repas équilibrés, l'accueil auprès de la fondation Allard toujours parfait.
  La répartition a été faite dans les chambres, afin de mixer les clubs et favoriser la cohésion entre les nageuses.
- **Equipements sportifs :**
  - Piscine : 2 lignes d'eau sur 50 mètres, 2 fois par jour (10h à 12h et 17h-19h)
  - Travail au sol : 2 fois par jour (8h30-9h30 et 15h30-16h30)le matin : renforcement musculaire et le soir : travail de souplesse

Stage de reprise générale bénéfique pour les nageuses avant de démarrer la saison dans les clubs.

OBJECTIFS

- Préparation Physique Générale et spécifique, souplesse.
- Ligne de jambe et pointes
- Positions de base, appuis de base, déplacements fondamentaux, barres techniques
- Travail de rigueur

Le premier entraînement nous a permis d'évaluer les nageuses le nombre de nageuses étant assez conséquent et le niveau assez hétéroclite.
La répartition a été effectuée en 2 temps :

- Natation sur 2 lignes : travail sur la vitesse et la technique de nage les entraînements étaient identiques pour les 2 niveaux
- En natation artistique en 2 groupes : selon les qualités physiques et les corrections à apporter sur les positions de base. La composition était différente
    - Groupe A : 12 nageuses – 1 Entraîneur (Alexandra)
      Travail des nouvelles figures jeunes
    - Groupe B : 18 nageuses – 2 Entraîneurs (Céline/Nathalie)
      Amélioration des appuis, des positions de base, ligne de jambes

D'une manière générale, les nageuses ont montré beaucoup d'enthousiasme et de motivation, après un premier entraînement difficile, l'adaptation s'est effectuée en douceur.

Nous avons ont pu profiter le mardi après-midi d'une activité de cohésion autour de l'accro-branche et le mercredi d'un pique-nique en altitude.

PROGRAMME D'ENTRAINEMENT

- Natation Travail endurance
- Spécifique correction technique des 4 nages
- Travail des culbutes et coulées
- Apnée en dynamique

➢ **Déplacements** : les fondamentaux

- Rétro, godille, torpilles, coupe-coupe, canoë avec placement du corps, verticale, queue de poisson

➢ **PPG**

- Renforcement musculaire général (cuisses, bras, abdos, gainages)

➢ **PPS**

- Travail auto grandissement, travail postural, travail de souplesse et de placement correct sur les écarts
-

Le travail de placement effectué avec Carole a été fortement bénéfique pour les nageuses.
Rappel : il convient aux entraîneurs des clubs de rentrer en relation avec Carole pour vous faire un retour sur les différents exercices proposés, ce travail est nécessaire et est une approche totalement différente de ce que nous avons l'habitude de faire sur le travail de la souplesse et/ou renforcement musculaire. Nous avons noté une nette amélioration du travail du placement sur les écarts (grand écart placé et non déhanché) ainsi que sur le travail de posture des épaules.

Le lien entre le travail des regroupements et celui des clubs est essentiel afin que nous travaillions tous dans le même but : celui de faire progresser les nageuses franciliennes dans un esprit positif et de partage.

Tous nos remerciements aux différents protagonistes de ce stage, où les échanges ont été fructueux.

REMARQUES TECHNIQUES GENERALES SUR LE GROUPE

Natation course :
Sur le groupe A : un niveau de natation assez homogène et de légères fautes techniques
Sur le groupe B : Grosses difficultés, il est important que les nageuses soient continuellement corrigées en natation, notamment sur leurs appuis (indispensable en natation) le travail du gainage.

Natation synchronisée :
Cette année nous avions 2 niveaux bien distincts (un niveau plus proche de l'Elite, un niveau régional), il convient pour les prochains stages de prévoir des créneaux différents

- Un groupe en piscine, l'autre en salle et vice versa

Cela facilitera l'apprentissage et/ou la performance des nageuses avec un travail plus poussée et de précision.

PPS-PPS :
Le constat est le même, il serait souhaitable de partager le groupe en deux (sans distinction d'âge)

- ✓ Les nageuses qui ont conscience de leur corps
- ✓ Les nageuses qui se découvrent par de nouvelles sensations

ENTRAINEMENT AU SOL (organisation)

MATIN :
Placement barre de danse adaptée à la synchro et aux filles présentes en fonction de l'observation de l'entraînement dans l'eau

Allongement du corps quel que soit le mouvement en déplacement ou pas
- ✓ Exemple 1 : L'allongement d'un bras se fait à partir de l'omoplate et non du poignet
- ✓ Exemple 2 : On ne tend pas une jambe jusqu'à ce que le genou s'aligne, on cherche en plus à atteindre l'espace du haut à partir de la hanche

Conscience de l'allongement en tant qu'appuis, suspension (surtout dans le saut, la propulsion, les poussées), pour alléger le corps non seulement dans sa dynamique mais lors de la fatigue d'exécution

Le compte-rendu détaillé avec le programme des entraînements sera disponible sur le site de la Ligue dès la réouverture d'Extranat.

II. Calendrier sportif 2017-2018

Date	Compétition	LIEU
19-nov.-17	SYNCHRONAT	CORBEIL
25/26 nov 17	Journées d'Automne	CORBEIL
9 et/ou 10 dec 17	SYNCHRONAT	CORBEIL ?
20-janv.-18	Journées techniques Hiver	PONTAULT
21-janv.-18	Challenge Néphéliane Hiver	
28-janv.-18	SYNCHRONAT	
10/11 fév 18	Tournoi de Printemps	CORBEIL ?
17/18 mars 18	Championnats Interrégionaux Eté Nationale 3 Juniors	
24 et ou 25 mars 18	SYNCHRONAT	PONTAULT
5/6 mai 18	Championnats Interrégionaux Eté Nationale 3 Jeunes	CERGY
19/20 mai 18	Championnats Régionaux Avenirs	CORBEIL ?
26/27 mai 18	Eliminatoire Challenge Coupe Promo	
2-juin-18	Animation ballets poussines	CORBEIL ?
3-juin-18	SYNCHRONAT	
9/10 juin 18	Championnats Interrégionaux Eté Nationale 3 Séniors/TC	CERGY
	Championnats Interrégionaux Eté Nationale 3 Avenirs	
16/17 juin 18	Finale Challenge Coupe Promo	

Les lieux avec les points d'interrogation n'ont pas été confirmés.

III. Rappel colloque régional

Nous vous rappelons que notre colloque se déroulera le Dimanche 1er Octobre 2017 les informations sur les horaires vous seront communiqués prochainement, mais à prévoir la journée complète.

La Présidente : Marie-Christine MONGIAT

OFFRES D'EMPLOI

Le **RED STAR CLUB CHAMPIGNY (94)** recherche pour la saison 2017-2018, **deux à trois éducateurs/entraineurs** (BPJEPS AAN / BEESAN / Moniteur Sportif Natation (MSN) / Licences Staps) pour encadrer les groupes suivants.

- Groupe ENF
- Groupe Compétition Juniors/Seniors Départemental
- Ecole de natation,
- Adultes loisirs
- Aquagym

Les entraînements ou séances ont lieu les lundis, mercredis, jeudis et vendredis en soirée, ainsi que les samedis après-midi de 14h00 à 16h00. Horaires des éducateurs à définir en fonction des groupes.

Etre titulaire des ENF1, ENF2, ENF3 et Brevet Fédéraux serait un plus.

Carte professionnelle et révision PSE1 à jour obligatoire.

Contact : Serge Heuveline, Coordinateur Technique (rsccnatation@aol.com) ou Laurence Cazemayou Présidente (cazemayou.michel@neuf.fr)

Pour tous renseignements complémentaires, n'hésitez pas à contacter le 06 22 54 02 77 ou sur l'adresse mail, sans oublier de laisser vos coordonnées pour que nous puissions vous recontacter.

Fontenay Sous-Bois (94) : Le club de **l'USF NATATION** recrute pour la saison 2017/2018 **des entraîneurs** H/F, BEESAN ou BEJEPS à partir du mois de septembre.
Différentes activités coexistent au sein de notre club :

- Jardin aquatique
- Ecole de natation (ENF 1 / ENF 2)
- Natation compétition
- Natation adultes (de l'aqua-phobie aux Maitres)
- Aquagym

Les postes proposés sont des CDD d'un an renouvelable.
Les horaires sont variables en fonction du ou des groupes attribué(s) (horaires en soirées).
Rémunération de 24 €/H (Taux Horaire Brut).

Pour plus d'informations, contactez Mme ONIDI, Présidente de la section au 06.07.59.44.36.
Les personnes intéressées peuvent postuler en envoyant leur candidature par mail à usfnatation@gmail.com

U R G E N T

La STELLA NATATION ST MAUR recrute (Entente VGA-STELLA) des **éducateurs sportifs titulaires du BEESAN, BPJEPS AAN** pour son école de Natation (du jardin aquatique aux Pass'sports de l'eau)

A partir du 12 septembre (Piscine Caneton St-Maur-des-fossés 94) : Les MARDIS et JEUDIS (17h 18h)
Les MERCREDIS (16h45 18h15)
A partir du 9 octobre (Piscine Brossolette St-Maur-des-fossés 94) : Les LUNDIS et VENDREDIS (17h 18h)

Il n'est pas obligatoire d'accepter l'ensemble des jours proposés.

Pour tous renseignements complémentaires : secretariat@stella-natation.com

T.A.C. NATATION

2 postes à pourvoir : EDUCATEUR SPORTIF (H/F)

LIEU	Piscine Auguste DELAUNE 93290 TREMBLAY EN FRANCE	
PRESENTATION DU CLUB	450 adhérents Classement club Niveau départemental/régional Participation InterRégions JEUNES	
POSTE PROPOSE	Poste à pouvoir au 11/09/2017 CDI temps partiel Modulé (970 h annuel)	Poste à pouvoir au 11/09/2017 CDI 8h/semaine en soirée et samedi midi
	Sous la responsabilité du Coordinateur Technique	
INTITULE	Educateur Sportif natation sportive et apprentissage, responsable de l'école de natation	Educateur Sportif de Natation : apprentissage de la Natation encadrement de séances d'aquabike
PROFIL RECHERCHE	Homme ou femme Agent de la fonction publique/territoriale serait un plus Nageur ou ancien nageur compétiteur avec expérience d'entrainements niveau départemental connaissance du dispositif ENF	Personne motivée sans expérience possible
DIPLÔME REQUIS	BEESAN ou BPJEPS Natation si possible titulaire du Brevet Fédéral 3	BEESAN ou BPJEPS Natation si possible titulaire du Brevet Fédéral 1 ou 2
MISSIONS	- Entrainements et suivi des groupes compétitions AVENIRS et JEUNES - Coordonner et participer à l'encadrement des groupes apprentissages - Responsable du développement du dispositif ENF du club - Encadrement des stages apprentissages et compétitions pendant les vacances scolaires	- Encadrement des groupes apprentissages - Encadrement des groupes aquabikes
AUTRES	- Etre titulaire du permis B - Contribuer à la mise en œuvre du projet du club - Etre disponible en fin de journée et début de soirée en semaine et le week-end - Maîtriser l'informatique (gestion mail, excel, word, extranat) - Tâches administratives - Relation avec les adhérents et les parents des nageurs - Rémunération selon profil	- Etre titulaire du permis B - Contribuer à la mise en œuvre du projet du club - Etre disponible en fin de journée et début de soirée en semaine et le week-end - Tâches administratives - Etre en relation avec les adhérents - Rémunération selon profil

Envoyer CV et lettre de motivation par mail à l'adresse : tremblayacnatation@gmail.com

www.eurocomswim.com

Retrouver les activités de votre ligue régionale sur sa page Facebook à l'adresse suivante :

https://www.facebook.com/iledefranceNatation/