Île de France Natation

Bulletin Officiel d'information

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

FÉDÉRATION FRANÇAISE DE NATATION

Jeudi 14 février 2019 – N°3325

Les engagements pour les clubs français devront être réalisés sous www.extranat.fr.
Pour participer au meeting, il faut avoir réalisé au minimum un temps de la grille durant les saisons 2018 ou 2019. Les nageuses et les nageurs ayant rempli cette condition pourront nager toutes les épreuves qu'ils souhaitent.
Toutefois, la ligue d'Île-de-France se réserve le droit de limiter le nombre d'engagements.

Pour information, l'Assemblée Générale de la Ligue Ile-de-France de Natation se déroulera le 16 mars 2019 à Sarcelles.

Deux postes sont à pourvoir au sein du Comité Directeur. Les candidats doivent faire parvenir leur lettre de motivation au secrétariat de la Ligue pour le 1er mars (dépôt au secrétariat avant le 1er mars à 17h ou envoi par LAR au plus tard 1er mars 23h59).

Retrouver les activités de votre ligue régionale sur sa page Facebook à l'adresse suivante :
https://www.facebook.com/iledefranceNatati

COMMISSION NATATION COURSE ET EAU LIBRE

Prévisionnel des structures d'accueil pour les compétitions Natation Course, Eau Libre et Maîtres de la Ligue Ile-de-France

NATATION COURSE ET EAU LIBRE	Dates	Bassins	Demandes
Championnat régional Juniors (dates protégées Juniors Séniors)	Samedi 16 au dimanche 17 février 2019	Massy	**Validée**
Meeting Francily' Printemps (dates protégées Juniors Séniors)	Vendredi 29 au dimanche 31 mars 2019	Sarcelles	**Validée**
Critérium Ile de France OPEN (dates protégées Juniors Séniors)	Vendredi 12 au dimanche 14 avril 2019	Georges Vallerey	**Validée**
Coupe des Départements (dates protégées Jeunes Juniors)	Mercredi 8 mai 2019	Torcy	**Validée**
2000m 12-13 ans	Samedi 11 mai 2019	Saint-Maur-des-Fossés	**Validée**
Interclubs Jeunes (dates protégées Jeunes)	Samedi 18 et/ou dimanche 19 mai 2019	Versailles	**Validée**
Championnat régional Jeunes 25m (dates protégées Jeunes)	Vendredi 14 au dimanche 16 juin 2019	L'Haÿ-les-Roses	**Validée**
Championnat régional 50m (dates protégées Juniors Séniors)	Samedi 29 au lundi 1er juillet 2019	Villejuif	**Validée**
MAÎTRES	**Dates**	**Bassins**	**Demandes**
Championnats régionaux hiver des Maîtres	Samedi 9 et dimanche 10 février 2019	Cachan	**Validée**
Championnats régionaux été des Maîtres	Samedi 18 et dimanche 19 mai 2019	Melun	**Validée**

DOSSIER SCOLAIRE

La Section Sportive Scolaire Natation du Lycée Jeanne d'ALBRET de Saint Germain-en-Laye a été officiellement validée par le recteur de Versailles.

Elle renforcera ainsi le dispositif du Centre d'Accession et de Formation (CAF) du CNO Saint Germain-en-Laye, mis en place dans le cadre du Projet de Performance Fédérale (PPF).

Meetings Natation Course Labellisés régionaux

Meetings Natation Course (hors Maîtres) Labellisés régionaux au 11 octobre 2018
Ligue Ile-de-France de Natation

NOM DU MEETING	Début Meeting	Fin du Meeting	BASSIN	Catégories des participants	STRUCTURE ORGANISATRICE
26ème Meeting du CNVM	06/04/2019	07/04/2019	25 m	Jeunes-Juniors-Séniors	CERCLE DES NAGEURS DU VAL MAUBUEE
11e meeting de la ville de Paris	25/05/2019	26/05/2019	50 m	Jeunes-Juniors-Séniors	NEPTUNE CLUB DE FRANCE
5e Meeting Georges Pécheraud	01/06/2019	02/06/2019	50 m	Jeunes-Juniors	CLUB DES NAGEURS DE PARIS

Notre partenaire Eurocomswim vous fait bénéficier d'un code PROMO exclusif Ligue Ile-de-France de Natation sur les équipements Arena Profitez de -20%

Meetings Natation Course (hors Maîtres) Labellisés nationaux
Ligue Ile-de-France de Natation

Bassin	Titre et Date de la manifestation	Lieu
50 m.	Meeting Olympique Courbevoie 92	COURBEVOIE
	Du vendredi 22 au dimanche 24 février 2019	
50 m.	10ème Meeting National Eurocom Swim de Massy	MASSY
	Du vendredi 22 au dimanche 24 mars 2019	
50 m.	Meeting Francily Printemps	SARCELLES
	Du vendredi 29 au dimanche 31 mars 2019	
25 m.	Meeting Jeunes SSD	BOBIGNY
	Du samedi 11 au dimanche 12 mai 2019	
50 m.	7ème Meeting Ville de Melun	MELUN
	Du vendredi 31 mai au dimanche 2 juin 2019	

COMMISSION WATER-POLO DU 11 FEVRIER 2019

Présents : MM. Cocouch (ctsr), Guerguadj

FFN :

Championnat de France U17 Filles
Demande d'engagement et appel à candidature pour l'organisation
T1 du 20 au 22 avril 2019
T2 du 1er au 2 juin 2019

Sélections régionales :
CFIL U15 Filles
T1 le 16 et 17 mars 2019 à Lille
T2 le 15 et 16 juin 2019 à Nice

LIFN :

Collectif U13 :
Regroupement le dimanche 31 mars à L'Isle-Adam
Divers : courrier du Cercle 93 : La question sera débattue à la prochaine réunion.

Le président : Gérard Veneau

Le secrétaire : Otheman Guerguadj

CLASSEMENT DES CLUBS FORMATEURS WATER-POLO 2017/2018

	Clubs	U17 FFN	U17 Exc	U15 FFN	U15 Exc	U15 Hon	U13 Exl	U13 Hon	U11 Exc	U11 Promo	Tournoi Interdépart.	Sélection LIFN U15 G	Sélection LIFN U13	Sélection LIFN U15 F	Total
1	CN Noisy Le Sec	500	1650(1)	500	1650(1)		1950(1)	1375(6)	1700(5)	1325(8)	1100(11)	1950(6)	1300(4)	325(1)	15325
2	AS Val d'Oise	500	1585(2)	500	1585(2)		1885(2)	1430(4)	1885(2)	1560(2)	900(9)	975(3)	1300(4)		14105
3	SCN Choisy le Roi	500	1105(11)	500	1520(3)		1755(4)		1950(1)	1600(1)	1300(13)	650(2)	325(1)	1300(4)	12505
4	Taverny SN95	500	1520(3)	500	1455(4)		1820(3)			1495(3)	200(2)	325(1)	325(1)	1625(5)	9765
5	CN Livry-Gargan	500	1455(4)	500	1400(5)		1700(5)		1820(3)		200(2)	325(1)	975(3)		8875
6	AS Corbeil	500	1400(5)			1130(4)		1375(7)		1405(5)	900(9)			975(3)	7685
7	US Conflans	500	1350(6)			1260(2)		1325(8)		1430(4)	800(8)				6665
8	Antony Natation		1260(8)	500		1300(1)	1650(6)			1350(7)			325(1)		6385
9	AS Dalmatia 77		1300(7)			1050(7)		1560(2)	1700(4)						5610
10	Racing CF		1130(10)	500		1195(3)		1325(10)		1325(9)					5475
11	VGA Saint Maur	500	1195(9)	500		1105(5)		1405(5)							4705
12	Saint Denis US					1025(9)		1600(1)		1375(6)					4000
13	ASC Chelles			500		1075(6)		1495(3)							3070
14	A.Montgeron WP					1025(8)					400(4)				1425
15	Cercle 93							1325(9)							1325
16	SCM Chatillon		1075(12)												1075
17	O.Garennois										200(2)				200
18	AAS Sarcelles 95														0
18	Cergy Pontoise Nat.														0
18	CNO Saint-Germain														0
18	EN Longjumeau 91														0
18	Libellule Paris														0
18	Montmartre Nat														0
18	WP du Mantois														0

EN ROUGE LE CLASSEMENT DE LA SAISON 2017/2018, EN BLEU LE NOMBRE DE JOUEURS(EUSES) SELECTIONNÉS(ÉES)

COMMISSION NATATION ARTISTIQUE

OFFICIELS
CD 92
Nomination Officiel D

- Eva LAMBERT (Le Mesnil St Denis)
- Romane BEGHIN (Le Pecq Marly)

RAPPEL : MANQUE DE BASSINS POUR COMPETITION
Nous vous rappelons qu'il manque encore des bassins pour les compétitions suivantes :

- SYNCHRO'NAT : 16 juin 2019
- Finale Challenge : 22 & 23 juin 2019

Pour sa 9e édition, l'Open de France accueillera la crème de la natation artistique avec plus de 30 délégations étrangères dont les équipes nationales du Japon, d'Ukraine, d'Espagne et d'Italie ! Nous vous attendons très nombreux pour venir soutenir l'Équipe de France à l'occasion du lancement officiel de la saison internationale. Elles auront besoin de vous !

Pour prendre vos places, une seule solution : www.open-natation-artistique.fr

Il n'y en aura pas pour tout le monde !

ERFAN
LIGUE ILE-DE-FRANCE

Formation Professionnelle Continue

« Introduction aux bases de la préparation mentale »

Objectif général :

L'objectif de cette formation est d'introduire la préparation mentale auprès des acteurs de la performance. Le but est de pouvoir être capable de prendre connaissance de l'ensemble des thématiques de travail en préparation mentale mais également, de pouvoir prendre conscience de l'impact de la sphère mentale sur la préparation et la performance de l'athlète.

Objectifs intermédiaires :

- Mettre en lumière les différentes thématiques de travail en préparation mentale
- Prendre conscience de l'impact de ces thématiques sur la performance sportive
- Avoir connaissances des différents outils utilisés en préparation mentale
- Obtenir des outils pratiques utilisables avec le sportif

Formatrice :

- Mégane PEREZ – Préparatrice mentale à l'ES Massy Natation, elle est aussi entraîneur au sein de l'ES Vitry Natation.

Public : Entraîneur de club tout niveau

Nb de participants : 7 minimum et 20 maximum

Durée : 7h

Date : 19/03/2019 de 8h à 12h et 13h à 16h

Lieu : LIFN – 163 boulevard Mortier
75020 Paris

Tarif : 90€ (tarif réduit pour ceux ayant participé à la formation du 04/12/18 et/ou du 15/01/19)

Inscription auprès de l'ERFAN Ile-de-France avant le 15 mars 2019

La participation à la formation peut permettre de valider une partie pédagogique dans le cadre de la formation continue des Brevets Fédéraux.

ERFAN
LIGUE ILE-DE-FRANCE

Bulletin d'inscription

Date limite de réception à l'ERFAN Ile-de-France : vendredi 15 mars 2019
Accompagné du paiement (chèque ou virement)

A COMPLETER EN LETTRES MAJUSCULES

Nom : …… Prénom : ……..……

Club : ……

Fonction dans le club : ……..

Adresse Mail : ……. Tél : ……

Souhaite participer à la formation « Introduction aux bases de la préparation mentale » du mardi 19 mars 2019.

Date : signature :

L'ERFAN s'autorise à annuler en cas de nombre insuffisant de candidats

Conférence avec Jan OLBRECHT
Formation continue des entraineurs organisée par le CD75

Nous avons le plaisir de vous informer que Jan Olbrecht sera présent à Paris le samedi 16 et le dimanche 17 février pour nous faire part de sa philosophie et de ses travaux sur l'entraînement.

Auteur du livre "science of winning", il a collaboré ces 30 dernières années avec les meilleurs mondiaux et récemment avec le CN Marseille.

La plaquette de cette formation est consultable à l'adresse suivante :
http://paris.ffnatation.fr/rsc/1661/fichiers/dossiers/1059.pdf

Prof. Jan Olbrecht est titulaire d'un doctorat en physiologie et biomécanique et est depuis plus de 30 ans, l'expert-conseil de bon nombre d'athlètes de haut-niveau, parmi lesquels entre autres :

B. Becue, P. Timmers, K. Buys (natation, Belgique), M. Wouda, K. Vlieghuis, I. de Bruijn, P. van den Hoogenband, M. Veldhuis, I. Dekker, R. Kromowidjojo, F. Heemskerk (natation, Pays-Bas), F. Scherer, R. Romero, G. Borges, F. Molina (natation, Brésil), F. Manaudou, F. Gilot, M. Hénique, M. Cini, M. Metella (natation, France), R. Murdoch, D. Scott, C. Benson (natation, Ecosse), Z. Duru Bilgin (nanation, Turquie), K. Chalmers, D. Schlicht (natation Australie), l'équipe universitaire de Knoxville (USA) avec M. Hannis et E. Brown, M. Koch (natation, Allemagne) et bien d'autres

F. Hamblock (Champion européen de triathlon olympique 1990), L. Van Lierde (Ironman et ancien détenteur du record Hawaii 1996 and 1999), K. Smet (Championne européenne de triathlon Olympique en 2000 et 2002, championne du monde longue distance 2005, 4ième aux Jeux Olympiques de 2004), R. Beke, B Arnouts (2nd Ironman Hawai 2018), T. Deckers

J. Smets (multiple champion de monde), M. Bervoets (motocross, Belgique)

W. Vandijck, V. Rousseau, N. Kahan et L. Slegers, I. Kimeli (Athlétisme, Belgique)

Equipe nationale d'Aviron des Pays-Bas avec G.Cirkel, M. Bartman, D. Lippits, M. Van Eupen et K. Van der Kolk (médaillés d'or aux Jeux Olympiques de Bejing 2008)

Depuis 1980 à ce jour il compte 1251 médailles aux Jeux Olympiques, Championnats du monde et Championnats d'Europe en natation, aviron, athlétisme, triathlon, nage avec palmes et motocross, dont 418 médailles d'or, 410 d'argent et 423 de bronze.

Ses travaux de recherche dans le domaine de la science du sport et sa méthode unique de détermination de la capacité et de la puissance aérobie et anaérobie, basée sur des simulations au niveau cellulaire du muscle, furent récompensées de plusieurs distinctions nationales et internationales. Son approche lui permet de déterminer le profil métabolique de l'athlète et à partir de là, d'optimiser son potentiel par une planification et périodisation bien réfléchie.

DU LUNDI 22 AVRIL AU VENDREDI 26 AVRIL 2019

APPRENTISSAGE DE LA NATATION EN CLUB

Sous la conduite de Mauro Antonini (Piscine Roger Le Gall – Paris 12ème)

Pratiquer pour se former

Encadrement et accompagnement :

Mauro Antonini (Expert dans le domaine de l'apprentissage en Natation co-animateur des stages de Dinard et de Narbonne)

JMichel Mattiussi (CTS en charge du suivi de l'ENF sur l'Ile de France)

Pour une mise en œuvre pratique et l'opportunité de débattre autour d'orientations pédagogiques et techniques sur l'apprentissage de la Natation au sein des écoles de nos clubs.

Réservez votre place, inscription auprès de l'ERFAN Ile de France : erfan@lif-natation.fr

Coût de participation pour les 5 jours :

Licenciés FFN : 500€ (déjeuners compris)

Tarifs réduits :

Licenciés FFN dans un club 100% licences Ile de France : 320€ (déjeuners compris)

Licenciés FFN Ile de France : 400€ (déjeuners compris)

Nous vous convions à participer au premier stage organisé en Île de France

« Apprentissage de la natation en club »

Hébergement possible au Centre International de Séjours Paris tout proche.

Les éducateurs (plutôt parisiens pour des raisons pratiques) auront la possibilité de participer avec quelques nageurs de leur club s'ils le souhaitent (nous contacter).

ERFAN LIF
163 Bld Mortier
75020 Paris

01.40.31.19.20

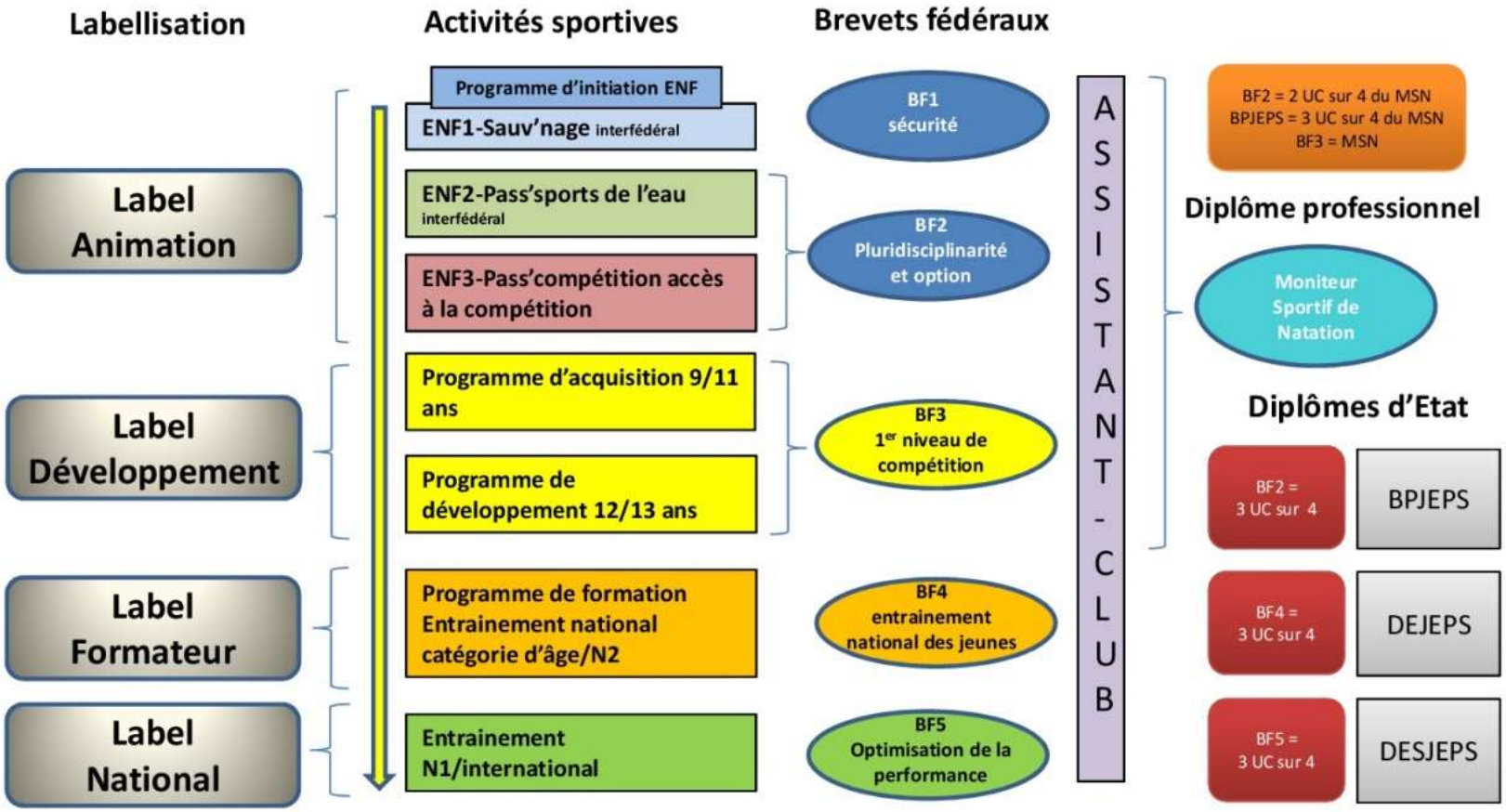
erfan@lif-natation.fr

http://iledefrance.ffnatation.fr

ERFAN

LIGUE REGIONALE ILE DE FRANCE

Organisation de la filière fédérale et d'Etat



Diplôme	Missions : Animation, enseignement, entraînement
SB	Aucune
BNSSA	Aucune
Brevet Fédéral 1er degré	Enseignement du niveau "sauv'nage" dans le cadre d'un club affilié FFN à titre bénévole.
Brevet Fédéral 2ème degré	Enseignement des niveaux "pass'sport de l'eau" et "pass'compétition" dans le cadre d'un club affilié FFN à titre bénévole.
Moniteur Sportif de Natation	Enseignement et entraînement dans le cadre d'un club affilié FFN.
Diplômes universitaire proposant l'unité d'enseignement "sauvetage et sécurité en milieu aquatique"	Animation et enseignement de toutes les activités aquatiques. Entraînement pour la licence STAPS mention entraînement sportif.
BPJEPS AAN	Animation et enseignement de toutes les activités aquatiques, **sauf entraînement d'un groupe de compétiteurs**.
DEJEPS	Animation, enseignement et entraînement de toutes les activités aquatiques.
BEESAN	Animation, enseignement et entraînement de toutes les activités aquatiques.

Nageurs franciliens, tous à vos smartphones pour relever les défis !

La Fédération Française de Natation et Sport Heroes Group ont lancé le jeudi 10 janvier 2019 l'application mobile

Swimming Heroes by FFNatation.

Préparez-vous à nager ! Pour la nouvelle année 2019, la Fédération Française de Natation s'associe à Sport Heroes Group, startup spécialisée dans la création et l'animation de communautés liées au sport et au bien-être, pour créer la première application mobile dédiée aux nageurs.

Disponible sur l'App Store et Google Play dès aujourd'hui, l'application mobile officielle de la FFN accompagne tous les nageurs dans leur pratique.

Chaque semaine, les membres retrouveront sur leur application :

- des challenges inédits pour se motiver et tenter de gagner des cadeaux incroyables

- des histoires inspirantes et des conseils d'experts pour progresser dans leur pratique

- des offres exclusives proposées par les meilleures marques de sport, à débloquer grâce aux points d'effort réalisés

Pour plus de renseignements suivre le lien ci-dessous :
https://www.ffnatation.fr/sites/default/files/fields/press/pdf/cp_swimming_heroes.pdf

arena
arena