



## LE CAF NATATION - ÎLE DE FRANCE SARCELLES CNSD

Le Centre d'Accession et de Formation (CAF) Ile de France – Sarcelles CNSD est une structure d'entraînement de haut niveau qui fait partie du Projet de Performance Fédéral (PPF) Natation labellisée par la Fédération Française de Natation et la Ligue Ile-de-France de Natation.

***"Plusieurs nageurs qualifiés aux différents championnat de France chaque saison"***

Structure d'entraînement basée sur le site du Centre National des Sports et de la Défense (CNSD) au cœur de la forêt de Fontainebleau, loin des tumultes de la capitale. Une culture du haut niveau qui se perpétue et accueille aujourd'hui le CAF Natation, mais aussi les Pôles Espoirs Athlétisme, Handball et Course d'orientation.

*"Un esprit sain dans un corps sain"*

### La scolarité :

- Les nageurs sont accueillis en horaires aménagés de la seconde à la terminale en filières générales et technologiques sous conventions avec le Lycée Uruguay France à Avon (100% de réussite au bac pour les nageurs)
- Les collégiens bénéficient également d'horaires aménagés avec le collège Lucien Cézard à Fontainebleau (100% de réussite au Brevet de collèges).

### L'hébergement :

- Un bâtiment à proximité immédiate de la piscine, exclusivement dédié à l'accueil des Sportifs de Haut Niveau
- 3 maîtres d'internat
- Une psychologue (permanence chaque mercredi)
- Des cours de soutien scolaire assurés par des professeurs sont proposés dans chaque matière tous les soirs.
- Salle de vie avec TV
- Buanderie avec machines à laver et sèche linge
- Internat ouvert les week-ends et pendant les vacances scolaires

## La restauration :

- La cafétéria du CNSD accueille les sportifs à proximité de l'internat et leur propose chaque jour des menus variés et équilibrés pour les sportifs.

## Le médical :

Sur place, à l'antenne médical du CNSD :

- Médecin
- Kinésithérapeute
- Infirmerie
- Réathlétisation

## Les installations sportives :

- Bassin de 50 mètres 8 couloirs avec mur amovible
- 1 salle de musculation
- Unité complète de récupération

## Entraînements :

- Matins :
  - Du lundi au vendredi 6h30 – 8h30
  - Samedi 7h30 – 9h30
- Après-midi :
  - Lundi mardi jeudi vendredi 16h30 – 18h30
  - Mercredi 14h – 16h
- Préparation physique :
  - 2 séances par semaine sous le contrôle d'un préparateur physique diplômé.



# CONTACTS

## DOMINIQUE BASSET

Directeur technique régional

Contact :

06.07.27.84.07

d.basset@lif-natation.fr

## SIMON GUERIN

Responsable technique

Contact :

06.30.41.91.07

sim\_guerin@hotmail.com

---

Le lien pour faire votre inscription en ligne :

<https://www.portail-sportif.fr/preinscriptions/candidature.aspx?federation=44>

Ou alors scanner le QR Code !



# ÉQUIPE TECHNIQUE

## DOMINIQUE BASSET

Directeur technique régional

Contact :

06.07.27.84.07 - d.basset@lif-natation.fr

---

## SIMON GUERIN

Responsable technique / Entraîneur

Contact :

06.30.41.91.07 - sim\_guerin@hotmail.com

---

## OLIVIER HARLE

Préparateur physique

Contact :

06.71.44.76.07

---

## LÉONIE HAAB

Ostéopathe

Contact :

06.61.55.25.05

---

## MATHIEU BEN RAHOU

Coach en nutrition

Contact :

06.32.56.13.74