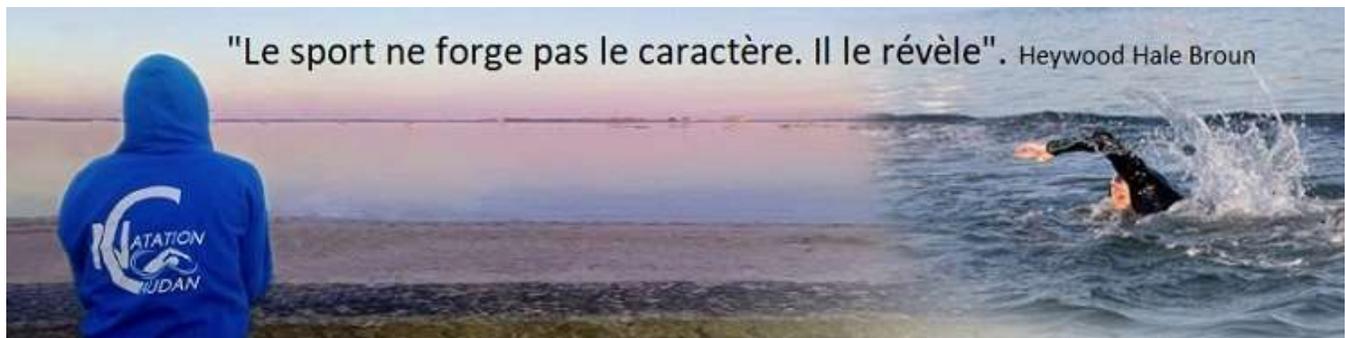




# **BOOK SAISON 2024-2025**

**NATATION POUR TOUS, DE LOISIR ET DE COMPÉTITION**



**Version novembre 2024,**

**Nous contacter : 07 49 79 87 40 ou [secretaire.caudannatation@gmail.com](mailto:secretaire.caudannatation@gmail.com)**

## **SOMMAIRE**

1 / QUI SOMMES-NOUS

2 / HISTOIRE DU CLUB

3 / LE CONSEIL D'ADMINISTRATION

4 / LE BUREAU

5 / LE STAFF :

Les entraîneurs

L'école de natation

La natation de course (Loisir et compétition)

La natation adulte et l'Aquamix

6 / LES OFFICIELS

7 / NOS ACTIVITES :

Loisir et compétition (activités, créneaux, tarifs)

Ecole de natation labélisée : ENF 0, 1, 2 et 3

Natation de course : Avenir/Jeunes/Juniors/Séniors

Master

Eau libre

SwimRun

Option Natation avec le collège et la mairie

8/ NOS EQUIPEMENTS CLUB

9 / LES COMMISSIONS

10 / LA FORMATION

11 / NOS ANIMATIONS

12 / NOS PARTENAIRES ET SPONSORS

13 / PROJETS 2024-2026

ANNEXE LES TEMPS ET RECORDS DU CLUB

## 1 / QUI SOMMES-NOUS :

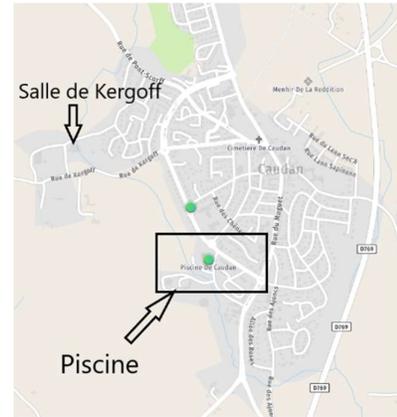
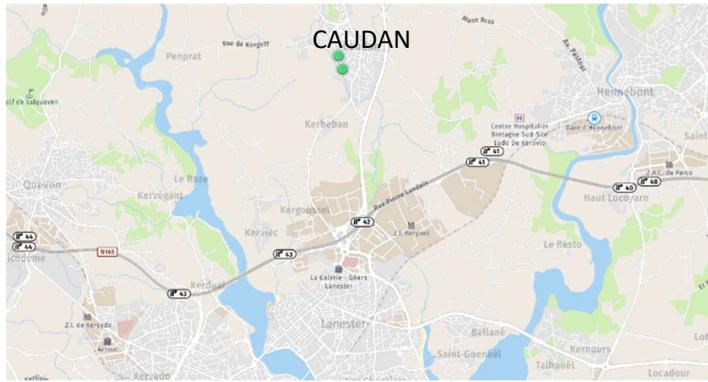
Le club de Caudan Natation compte, cette saison 2024-2025 170 licenciés provenant de Caudan et de l'agglomération lorientaise. Les membres de notre club pratiquent la natation de loisir et de compétition. C'est un sport accessible à tous, de 5 à 100 ans.



Le club se compose de diverses catégories ouvertes, à tout type de public. On retrouve les catégories suivantes : l'Ecole de Natation 0, 1, 2 et 3, les Avenir, les Benjamins, les Juniors (loisir et compétition), la natation pour les adultes d'apprentissage, de loisir et de Compétition (Masters), ainsi que l'aquamix.

Depuis 2019, l'Ecole de Natation, pour les 5 à 12 ans, a obtenu le label « Animation - mention apprendre à nager » par la Fédération Française de Natation (FFN).





Nous pratiquons notre sport au sein de la piscine municipale de Caudan.



Et également en mer et en rivière.



En 2023, la mairie a effectué des travaux dans le local du club, ce qui permet d'y organiser des rencontres entre adhérents (commission jeunes, inscriptions...) et de faciliter l'organisation du club (stockage et rangement du matériel, réunion de bureau...) dans un espace adapté et agréable.



. Nous réalisons dorénavant nos assemblées générales, réinscription à l'espace Rostand.



Et nos réunions techniques, commission jeune et de bureau dans ce local.



## 2 / HISTOIRE DU CLUB :

Le club de Caudan Natation a été fondé en 1982 par Bernard GOALES.



En 2022, notre Club a fêté ses 40 ans.

Vous trouverez ci-dessous deux articles du télégramme qui interviewe son président-fondateur :

### Caudan Natation. Trois questions à



Bernard Goales sous l'interrogatoire.

© Licence: 2 semaines.



En préambule, Bernard Goales, le président de Caudan Natation, s'est dit déçu de la faible participation à l'assemblée générale de dimanche dernier puisque, globalement, une famille sur quatre était présente. Quel bilan tirez-vous de la dernière saison? Caudan Natation a participé à 17 compétitions départementales, régionales et interrégionales et s'est très bien comporté, puisque une dizaine de nageurs sur les 50 affiliés au club ont réalisé 75 podiums. Deux d'entre eux ont particulièrement brillé, il s'agit des benjamins Léa Vigueroux et Killyan Daoudal, qui ont raflé la moitié de ces podiums et ont été sélectionnés pour la coupe de France des départements, où ils se sont très bien classés. Quelles sont vos ambitions pour la nouvelle saison? Deux entraîneurs professionnels nous ont rejoints: Gwenaëlle et Antoine Hissette. Leurs objectifs sont de faire progresser l'ensemble des nageurs, de les faire participer à un nombre accru de compétitions et de les emmener le plus haut possible, notamment à l'interrégions. Pour cela, neuf parents sont devenus chronométreurs officiels. Comment fonctionne le club? Le club comprend environ 70% de filles et connaît un turn-over de 30% par an. Mais il faut savoir qu'en grandissant, il est parfois difficile de trouver le temps de s'entraîner trois fois par semaine. Néanmoins, de très bons nageurs ont émergé et, en termes de résultats, le club est classé 8e du département, alors qu'il n'est que 11e en nombre de licenciés. Enfin, le club reste très familial et convivial. Je l'ai créé en 1982, avec ma femme et ma fille. J'ai été président quelques années, puis j'ai arrêté et j'ai repris, à la retraite, au début des années 2000. La saison 2011-2012 sera ma dernière en tant que président.

21 octobre  
2010

Rencontre avec son président-fondateur, Bernard Goales. Qu'est ce que Caudan natation aujourd'hui? Notre association existe depuis 1982. Nous avons terminé l'année avec 90 adhérents. En compétition, nos nageurs récoltent chaque année une centaine de places de podiums. Nous proposons de la natation sportive dès l'âge de 7 ans. L'enfant doit savoir nager. Le recrutement est limité car nous ne disposons que de quatre couloirs de piscine. Nous proposons aussi des cours d'aquagym où le public est 100% féminin. Y-a-t-il des nouveautés cette année? Jusqu'à cet été, j'occupais les postes de président, administratif et entraîneur. J'arrête l'entraînement pour me consacrer à la présidence. Les entraînements seront désormais assurés par Antoine Hissette, maître-nageur, qui vient d'être recruté par la mairie. Quels sont les horaires d'inscription et de pratique? Les entraînements de natation débutent lundi et ont lieu les lundi, mercredi et jeudi, de 19h30 à 21h et le vendredi, de 19h à 20h. Il y a deux séances d'aquagym, le jeudi, de 19h30 à 20h15 ou de 20h15 à 21h. Les inscriptions sont prises aujourd'hui et demain, de 18h à 19h et samedi, de 10h à 12h, à la piscine. Renseignements Tél.02.97.85.01.09.

20 septembre 2010

### 3 / LE CONSEIL D'ADMINISTRATION :

L'association est dirigée par un conseil d'administration composée depuis la saison 2021-2022 de 12 membres :



Nicolas LE GAL



Romual LE GOHEBEL



Françoise ROUE



Christelle DURIF



Olivier COTTEN



Laëtitia LE MENTEC



Guillaume BURBAN



Romane BLANCHET



Maëlle BURBAN



Myriam LE PODER



Yves GARGADENNEC



Flavie LE PODER

MEMBRES JEUNE



Lilian BRULLEFERT-DIVEU

Les membres du Conseil d'Administration sont élus pour gérer l'association dans l'intérêt collectif. Le sens de leur engagement est l'action et/ou le conseil. Ils proposent des améliorations concernant le fonctionnement administratif, technique et financier du club et peuvent animer ou participer à des commissions. Lors de situations éventuellement complexes, les membres du conseil d'administration agissent dans l'intérêt collectif et adoptent un comportement conciliant, constructif et responsable. Ils font part, aux membres du bureaux, d'éventuels difficultés ou problèmes rencontrés.



## 4 / LE BUREAU :

Le bureau de CAUDAN NATATION est composé de :



**PRESIDENT : Yves GARGADENNEC**



**VICE-PRESIDENTE : Christelle DURIF**



**SECRETAIRE : Myriam LE PODER**



**SECRETAIRE-ADJOINT : Olivier COTTEN**



**TRESORIERE : Françoise ROUE**



**TRESORIERE-ADJOINTE : Maëlle BURBAN**



**EVENEMENTIEL : Nicolas LE GAL**



**PARTENARIAT : Guillaume BURBAN**

Le bureau se réunit le lundi, tous les quinze jours, au local Espace Rostand ou en visioconférence, d'une part pour préparer et organiser la saison et d'autre part, pour faire évoluer les différents projets du Club.

Le bureau a mis en place depuis la saison 2020-2021 une **CHARTRE** pour le Club basée sur la **Cohésion**, l'**Humilité**, l'**Apprentissage**, le **Respect**, la **Tolérance** et l'**Environnement** où chacun s'engage adhérents, parents, entraîneurs, bénévoles, les membres du bureau.

 <b>CHARTRE CAUDAN NATATION</b> <b>NATATION POUR TOUS DE LOISIR ET DE COMPETITION</b> 	
<p><b>Les adhérents et les parents, ne respectant pas cette charte, pourront se voir interdire le bord du bassin et ultimement, affecter leur adhésion ou l'adhésion de leur enfant au Club.</b></p>	
COHESION	HUMILITE
<p><b>LE CLUB :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Un entraîneur (e) ou un membre du bureau accueille les nageurs, parents, et tout nouvel adhérent</li> <li>- le club associe les adhérents et parents dans ses actions créant un esprit "Club"</li> <li>- informe régulièrement de la vie du club et organise des événements au fil de la saison</li> </ul> <p><b>LES PARENTS :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- préparent des gateaux pour les compétitions et événements du club</li> <li>- sont présents pour les événements sportifs ou festifs du club,</li> <li>- participent au transport des nageuses et nageurs</li> <li>- se tiennent informés de l'actualité du Club en regardant le tableau d'affichage dans le hall de la piscine, le site caudan-natation.com et les mails du bureau</li> <li>- sont supporters de toute l'équipe et non pas uniquement de son enfant</li> </ul> <p><b>LES NAGEUSES ET NAGEURS :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- appliquent les règles de politesse</li> <li>- lisent le site internet et s'informent de la vie du club</li> <li>- portent la tenue du Club, notamment le bonnet " CAUDAN NATATION"</li> <li>- font preuve d'un esprit d'équipe, encouragent et soutiennent leur coéquipier</li> </ul>	<p><b>LE CLUB :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- développe l'esprit « Caudan Natation » avant, pendant et après les entraînements / compétitions</li> <li>- Est à l'écoute en cas de problématique avec un adhérent</li> </ul> <p><b>LES PARENTS :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- restent Fair-Play</li> <li>- reconnaissent les valeurs des entraîneurs, des officiels et des nageuses / nageurs quelque soit le résultat</li> </ul> <p><b>LES NAGEUSES ET NAGEURS :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- respectent les nageuses et nageurs des autres Clubs</li> <li>- restent humbles et modestes dans la victoire</li> <li>- restent fair-play à tout moment.</li> </ul>
APPRENTISSAGE	RESPECT
<p><b>LE CLUB :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- met à disposition le matériel pédagogique et sportif nécessaire à la pratique de la natation</li> <li>- organise les entraînements avec des personnes qualifiées adaptées à chaque catégorie</li> <li>- met en place une formation pour les entraîneurs et futurs entraîneurs, et également pour les officiels</li> </ul> <p><b>LES PARENTS :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- s'inscrivent autant que possible dans les formations proposées par le club</li> <li>- s'assurent que le Club possède leurs coordonnées à jour</li> </ul> <p><b>LES NAGEUSES ET NAGEURS :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- aident à la chambre d'appel et chronométrages lors des compétitions du club</li> <li>- respectent, appliquent et acceptent les consignes de l'entraîneur</li> <li>- s'inscrivent dans les formations d'entraîneur et d'officiel</li> </ul>	<p><b>LE CLUB :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- respectent les autres clubs, le comité 56, la ligue de Bretagne et la FFN</li> <li>- respectent et préservent le matériel et les installations</li> <li>- Dans le cas de contact par SMS entre l'encadrant et les adhérents mineurs, les parents sont mis en copie.</li> </ul> <p><b>LES PARENTS :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- respectent les entraîneurs, les officiels, les nageuses et nageurs, les accompagnateurs...</li> <li>- respectent le délai d'inscription des convocations des compétitions/stages afin de faciliter leur organisation</li> <li>- L'accès au vestiaire est strictement réservé aux encadrants en charge des enfants et aux parents sollicités par ceux-ci</li> <li>- respectent la concentration des nageuses et nageurs, évitent de s'asseoir à côté d'eux dans la piscine</li> <li>- s'assurent que l'entraîneur est au courant dans le cas où leur enfant est malade, blessé ou s'il est sous médication</li> </ul> <p><b>LES NAGEUSES ET NAGEURS :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- doivent se respecter eux-mêmes</li> <li>- respectent tous les acteurs : les entraîneurs, les bénévoles, les encadrants, les officiels, les coéquipiers, les parents...</li> <li>- respectent les horaires d'entraînement, de compétition, les consignes des entraîneurs, le matériel, les installations...</li> <li>- refusent de gagner par des moyens illégaux et par tricherie.</li> </ul>
TOLERANCE	ENVIRONNEMENT
<p><b>LE CLUB :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- s'interdit toute forme de discrimination</li> </ul> <p><b>LES PARENTS :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- acceptent les différences</li> <li>- acceptent les décisions prises par les entraîneurs et les dirigeants</li> <li>- agissent de façon exemplaire et s'assurent que la réputation du Club soit préservée en toute circonstance</li> </ul> <p><b>LES NAGEUSES ET NAGEURS :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- adhèrent à toutes les décisions relatives à la natation</li> <li>- admettent les différences et s'opposent à toutes sortes de discrimination</li> <li>- n'encouragent pas les commentaires offensifs ou discriminatoires</li> </ul>	<p><b>LE CLUB :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- met à disposition des points de collecte de poubelles et a signé la charte de la ville de Caudan</li> <li>- se conforme au règlement intérieur, laisse propre les installations, salles, vestiaires, extérieurs, buvettes...</li> <li>- met en pratique les règles de développement durable (Gobelet réutilisable...)</li> </ul> <p><b>LES PARENTS :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- utilisent les points de collecte mis à disposition et veillent à ce que l'ensemble des spectateurs lors des compétitions en fasse de même</li> <li>- se conforment au règlement intérieur</li> </ul> <p><b>LES NAGEUSES ET NAGEURS :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- utilisent les points de collecte mis à disposition,</li> <li>- laissent propre les vestiaires et les piscines</li> <li>- se conforment au règlement intérieur,</li> </ul>

## COHESION

### LE CLUB :

- Un entraîneur (e) ou un membre du bureau accueille les nageurs, parents, et tout nouvel adhérent
- le club associe les adhérents et parents dans ses actions créant un esprit "Club"
- informe régulièrement de la vie du club et organise des événements au fil de la saison

### LES PARENTS :

- préparent des gateaux pour les compétitions et événements du club
- sont présents pour les événements sportifs ou festifs du club,
- participent au transport des nageuses et nageurs
- se tiennent informé de l'actualité du Club en regardant le tableau affichage dans le hall de la piscine, le site caudan-natation.com et les mails du bureau
- sont supporters de toute l'équipe et non pas uniquement de son enfant

### LES NAGEUSES ET NAGEURS :

- appliquent les règles de politesse
- lisent le site internet et s'informent de la vie du club
- portent la tenue du Club, notamment le bonnet " CAUDAN NATATION"
- font preuve d'un esprit d'équipe, encouragent et soutiennent leur coéquipier

## HUMILITE

### LE CLUB :

- développe l'esprit « Caudan Natation » avant, pendant et après les entraînements / compétitions
- Est à l'écoute en cas de problématique avec un adhérent

### LES PARENTS :

- restent Fair-Play
- reconnaissent les valeurs des entraîneurs, des officiels et des nageuses / nageurs quelque soit le résultat

### LES NAGEUSES ET NAGEURS :

- respectent les nageuses et nageurs des autres Clubs
- restent humbles et modestes dans la victoire
- restent fair-play à tout moment.

## APPRENTISSAGE

### LE CLUB :

- met à disposition le matériel pédagogique et sportif nécessaire à la pratique de la natation
- organise les entrainements avec des personnes qualifiées adaptées à chaque catégorie
- met en place une formation pour les entraîneurs et futurs entraîneurs, et également pour les officiels

### LES PARENTS :

- s'inscrivent autant que possible dans les formations proposées par le club
- s'assurent que le Club possède leurs coordonnées à jour

### LES NAGEUSES ET NAGEURS :

- aident à la chambre d'appel et chronométrages lors des compétitions du club
- respectent, appliquent et acceptent les consignes de l'entraîneur
- s'inscrivent dans les formations d'entraîneur et d'officiel

## RESPECT

### LE CLUB :

- respectent les autres clubs, le comité 56, la ligue de Bretagne et la FFN
- respectent et préservent le matériel et les installations
- Dans le cas de contact par SMS entre l'encadrant et les adhérents mineurs, les parents sont mis en copie.

### LES PARENTS :

- respectent les entraîneurs, les officiels, les nageuses et nageurs, les accompagnateurs...
- respectent le délai d'inscription des convocations des compétitions/stages afin de faciliter leur organisation
- L'accès au vestiaire est strictement réservé aux encadrants en charge des enfants et aux parents sollicités par ceux-ci
- respectent la concentration des nageuses et nageurs, évitent de s'asseoir à côté d'eux dans la piscine
- s'assurent que l'entraîneur est au courant dans le cas où leur enfant est malade, blessé ou s'il est sous médication

### LES NAGEUSES ET NAGEURS :

- doivent se respecter eux-mêmes
- respectent tous les acteurs : les entraîneurs, les bénévoles, les encadrants, les officiels, les coéquipiers, les parents...
- respectent les horaires d'entraînement, de compétition, les consignes des entraîneurs, le matériel, les installations...
- refusent de gagner par des moyens illégaux et par tricherie.

## TOLERANCE

### LE CLUB :

- s'interdit toute forme de discrimination

### LES PARENTS :

- acceptent les différences
- acceptent les décisions prises par les entraîneurs et les dirigeants
- agissent de façon exemplaire et s'assurent que la réputation du Club soit préservée en toute circonstance

### LES NAGEUSES ET NAGEURS :

- adhèrent à toutes les décisions prises relatives à la natation
- admettent les différences et s'opposent à toutes sortes de discrimination
- n'encouragent pas les commentaires offensifs ou discriminatoires

## ENVIRONNEMENT

### LE CLUB :

- met à disposition des points de collecte de poubelles et a signé la charte de la ville de Caudan
- se conforme au règlement intérieur, laisse propre les installations, salles, vestiaires, extérieurs, buvettes...
- met en pratique les règles de développement durable (Gobelet réutilisable...)

### LES PARENTS :

- utilisent les points de collecte mis à disposition et veillent à ce que l'ensemble des spectateurs lors des compétitions en fasse de même
- se conforment au règlement intérieur

### LES NAGEUSES ET NAGEURS :

- utilisent les points de collecte mis à disposition,
- laissent propre les vestiaires et les piscines
- se conforment au règlement intérieur,

## 5 / LE STAFF :

### NOS ENTRAINEURS



**Erwan JACOB  
BEESAN**



**Marie DREAN  
BF1, BF2 et BF3**



**Baptiste BOUR  
BNSSA et BF1**



**Hugo MALIGORNE  
BNSSA, BF1  
et BF2 en cours**

### NOS ENTRAINEURS DE L'ECOLE DE NATATION



**Erwan JACOB  
BEESAN**



**Marie DREAN  
BF1, BF2 et BF3**



**Yoann MURIER  
BPJEPS**



**Flavie LE PODER  
BF1, BF2 et  
BNSSA**



**Lilian BRULLEFERT-DIVEU  
BF1 et BF2 en cours**

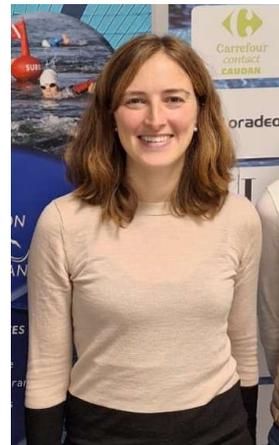


**Damien GARGADENNEC  
BF1 et BNSSA en cours**



✓ **L'ECOLE DE NATATION :**

**Laëtitia LE MENTEC,**  
membre du conseil d'Administration,  
est la référente de l'Ecole de Natation.



L'entraînement de l'Ecole de Natation est réalisé le mercredi midi par Erwan JACOB, Yoann MURIER, Marie DREAN et les jeunes coachs, également nageuse et nageurs, Flavie LE PODER, Damien GARGADENNEC et Lilian BRULLEFERT-DIVEU.





**Accueil, accompagnement et formation au sein de l'école de natation d'un jeune coach nageuse ou nageur dans le cadre d'un BF1 :**

L'accueil de jeune coach nageuse ou nageur fait partie de l'organisation de l'école de natation et des valeurs de transmission des entraîneurs et de la volonté de formation de la part des membres du conseil d'Administration.

L'encadrement des séances d'entraînement des nageuses et nageurs de l'Ecole de Natation se fait conjointement avec des entraîneurs salariés, bénévoles et des jeunes coachs. Il s'agit d'offrir un encadrement permettant un accompagnement personnalisé des nageuses et nageurs, d'assurer leur sécurité, de susciter l'envie de faire de la compétition et de devenir aussi jeune coach.

Pour devenir jeune coach, il est indispensable de :

- Avoir 13 ans minimum au 31 décembre de l'année civile en cours
- Être un(e) nageur(euse) assidu(e) et respectueux(euse) lors des séances d'entraînement (dans le bassin comme dans les vestiaires) comme lors des compétitions envers l'entraîneur, les autres jeunes et adultes.
- Respecter la charte du club.
- S'investir dans les événements du club (organisation de compétitions Challenge, du loto...).
- S'engager à être présent chaque mercredi de 12h45 à 13h45, y compris lors des stages des vacances scolaires, en étant ponctuel et dans une tenue adaptée et au couleur du club, pendant au moins une année entière.

**Si tu es intéressé (e), contact un des entraîneurs ou membres du conseil d'Administration afin d'évoquer ton projet au sein de l'école de natation.**

✓ LA NATATION DE COURSE :



Les séances d'entraînement des Avenirs, Benjamins et Masters sont réalisés par Marie DREAN les lundi, mercredi, jeudi et vendredi.  
Les séances Juniors (loisir et compétition) sont réalisées le lundi soir et vendredi soir par Erwan JACOB, le mercredi et jeudi soir par Hugo MALIGORNE.



✓ **LA NATATION ADULTES ET L'AQUAMIX :**

L'AQUAMIX est réalisé par Baptiste BOUR le jeudi soir de 19h30 à 20h15.



La séance d'entraînement de Natation Loisir pour les Adultes a lieu le jeudi soir de 20h15 à 21h avec des objectifs d'apprentissage et de perfectionnement (maîtrise des techniques pour les 4 nages, plongeon, virage), dans une ambiance détendue.



Les séances sont réalisées par Marie DREAN et Baptiste BOUR, qui apportent des conseils individualisés aux deux groupes constitués :

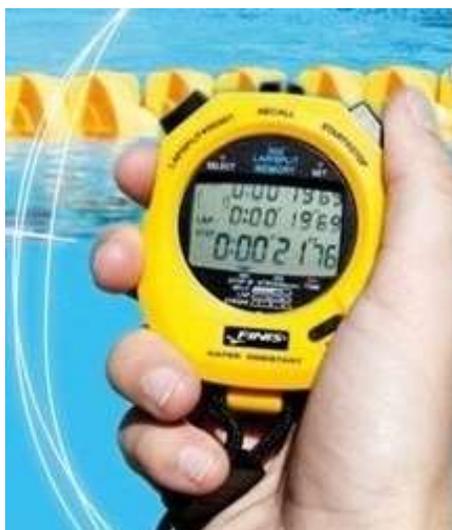
- ✓ Un groupe d'apprentissage
- ✓ Un groupe de perfectionnement

## 6 / LES OFFICIELS

### DEVENIR OFFICIEL

Un club de natation ne peut fonctionner sans officiel. Il est important que les parents s'investissent lors des compétitions.

Votre enfant participe aux compétitions et vous l'accompagnez lors de celles-ci. Vous pouvez participer à l'organisation et au bon déroulement de la compétition, en devenant officiel pour Caudan Natation.



### POURQUOI ETRE OFFICIEL

A chaque compétition, le club doit présenter un certain nombre d'officiels en fonction du nombre de nageurs engagés :

- ✓ 1 officiel pour 1 à 3 nageurs
- ✓ 2 officiels minimum pour 4 à 10 nageurs
- ✓ 3 officiels minimum pour 11 à 19 nageurs
- ✓ 4 officiels minimum pour plus de 20 nageurs

Si ce quota n'est pas respecté par notre club lors d'une compétition, nous serons pénalisés d'une amende de 50€ par réunion.

Enfin, la compétition peut même être annulée si le nombre d'officiels est insuffisant.



Depuis le 1er septembre 2020, l'organisation des jurys de Natation Course de la FFN repose sur 3 niveaux principaux définis selon les critères de connaissance du règlement et sur les types de compétences requises.

	<b>Chronométrateur</b>	<b>Juge</b>	<b>Starter</b>	<b>Juge-arbitre</b>
<b>Préalable</b>	Licencié FFN pour la saison en cours.	Licencié FFN pour la saison en cours.	Licencié FFN pour la saison en cours.	Licencié FFN pour la saison en cours.
<b>Postes dans le jury</b>	Chronométrateur Juge à l'arrivée	Chronométrateur Juge à l'arrivée Juge à l'arrivée en chef Juge de virages Juge de virages en chef Juge de nage	Chronométrateur Juge à l'arrivée Juge à l'arrivée en chef Juge de virages Juge de virages en chef Juge de nage Starter	Chronométrateur Juge à l'arrivée Juge à l'arrivée en chef Juge de virages Juge de virages en chef Juge de nage Starter Superviseur Juge-arbitre
<b>Conditions</b>	Avoir 14 ans révolus le jour de l'examen pratique.	Avoir 16 ans révolus le jour de l'examen écrit. Avoir effectué au moins trois réunions avec le titre de chronométrateur.	Avoir 16 ans révolus. Avoir le titre de juge.	Avoir 18 ans révolus le jour de l'examen écrit. Avoir le titre de juge depuis au moins deux saisons, et avoir participé au jury d'au moins 8 réunions sur chacune des deux dernières saisons. Avoir également le titre de starter.

### **LES JEUNES OFFICIELS :**

La commission fédérale souhaite promouvoir la fonction d'officiel auprès des jeunes licenciés et accompagner toutes les initiatives menées par les ligues.

C'est pourquoi, sous réserve de s'inscrire dans un dispositif spécifique animé par la ligue, des jeunes officiels pourront obtenir de manière dérogatoire les titres de « Chronométrateur » et « Juge » respectivement à partir de 12 ans et 14 ans. Lors de leur enregistrement dans extranat, leur titre sera complété de la mention « jeune officiel ».

### **TRANSPOSITION DES ANCIENS TITRES VERS LES NOUVEAUX :**

Les titres d'officiels C, B et A resteront valides et leurs titulaires pourront continuer à participer aux jurys, sous réserve de participation aux sessions de formation continue. Des modalités particulières d'obtentions des nouveaux titres sont mises en place pour les officiels C, B et A :

#### **MISE A NIVEAU D'OFFICIEL « C » à CHRONOMETREUR :**

L'officiel C devra assurer une validation pratique au rôle de juge à l'arrivée lors d'une réunion, et sous le contrôle d'un officiel tuteur, du starter ou du juge arbitre.

#### **MISE A NIVEAU D'OFFICIEL « B » à JUGE :**

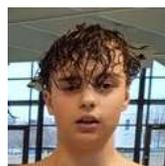
L'officiel B devra suivre une formation durant laquelle les règlements seront expliqués et des exercices tests seront proposés et commentés. Il passera une épreuve écrite de validation une épreuve pratique de validation.

#### **MISE A NIVEAU D'OFFICIEL « A » à JUGE-ARBITRE :**

Lors du renouvellement de leur licence, les officiels A seront automatiquement reclassés au niveau de juge-arbitre sous réserve d'avoir été licenciés à la FFN lors des deux dernières saisons 2018/2019 – 2019/2020.

**Chronométrateur au club de CAUDAN NATATION :**

DURIF Fabien, Guillaume BURBAN, DURIF Christelle, Jérôme LE PODER, Olivier COTTEN, Nicolas LE GAL, BRULLEFERT Jérôme, Romuald LE GOHEBEL, Rozenn MARTIN, Baptiste LE GAL, Lisa LE PODER, David MALIGORNE, Tanguy PREVOSTO, BRULLEFERT-DIVEU Lilian, BONNET Youssra, BURBAN Catherine, BURBAN Maelle, BURBAN Marin, DALLA SANTA Claudine, DIVEU Anne, DREAN Marie, LE GAL Nicolas, LE PODER Flavie, LE RAVALLEC Morgane, MALIGORNE Hugo.



**Officiel B au club de CAUDAN NATATION :** LE PODER Myriam, Yves GARGADENNEC



## 7 / NOS ACTIVITES



### 1) Nos activités, créneau et tarifs :

Il se compose de diverses catégories ouvertes à tout type de public :



#### LOISIR ET COMPETITION



Ecole de natation labélisée « animation » : 5 à 12 ans

Ecole de Natation Française 0

Ecole de Natation Française 1

Ecole de Natation Française 2

Ecole de Natation Française 3



Avenir

Benjamin A et B

Junior A et B,

Sénior : nageuses et nageurs confirmés de plus de 18 ans

Master : nageuses et nageurs confirmés de plus de 25 ans

Aquamix

Natation adulte : perfectionnement et apprentissage

Officiel/Encadrant

Option natation en partenariat avec le Collège Saint Joseph de Caudan et la mairie  
:



Les différents créneaux de natation et d'Aquamix sont les suivants :

ENTRAINEMENT				
Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
		12h45 – 13h45 ENF1 5-8 ans		
		12h45 – 13h45 ENF2 7-9 ans		
		12h45 – 13h45 ENF3 4 nages		
		12h45 – 13h45 AVENIR		
		19h00 - 19h30 ENFO		
				15h30 – 17h00 Option Natation
				18h 45 – 20h 00 AVENIR
19h 45 – 21h15 BENJAMIN B				18h 45 – 20h 00 BENJAMIN B Hors option Natation
19h 45 – 21h15 BENJAMIN A		19h30 – 21h00 BENJAMIN A	19h30 – 21h00 BENJAMIN A	20h00 – 21h15 BENJAMIN A Hors option Natation
19h 15 – 19h 45 PPG : Juniors, Benj. A		19h 00 – 19h 30 PPG : Juniors, Benj. A		
19h 45 – 21h 15 JUNIOR A ET B		19h 30 – 21h 00 JUNIOR A ET B	19h 30 – 21h 00 JUNIOR A	20h 00 – 21h 15 JUNIOR A ET B
		19h 30 – 21h 00 MASTER	19h30 – 20h 15 Aqua Mix 20h15 – 21h 00 Natation Adulte	20h 00 – 21h 15 MASTER

La Préparation Physique Générale (PPG) est proposée le lundi de 19h15 à 19h45 et le mercredi de 19h à 19h30 pour améliorer la condition physique des nageurs (renforcement musculaire et étirements).



Les différents tarifs d'adhésion au club et à la licence FFN sont les suivants :

✓ MINEUR :

CATEGORIE	Adhésion Adhérent	Adhésion Adhérent	Licence FFN
	<u>Avant le 15.09</u>	<u>Après le 15.09</u>	
Ecole de Natation – ENF0	120 €	150 €	30 €
Ecole de Natation – ENF1	170 €	200 €	30 €
Ecole de Natation – ENF2	170 €	200 €	30 €
Ecole de Natation – ENF3	200 €	230 €	30 €
Natation sportive (Loisir ou Compétition) – Avenir (U11 – 2013 à ....)	200 €	230 €	55 €
Natation sportive (Loisir ou Compétition) – Benjamin (U13 – 2011 à 2012)	210 €	240 €	55 €
Natation sportive (Loisir ou Compétition) – Junior (U18 – 2006 à 2010)	220 €	240 €	55 €



✓ MAJEUR :

Cours	Adhésion Adhérent	Adhésion Adhérent	Licence FFN
	<u>Avant le 15.09</u>	<u>Après le 15.09</u>	
Aqua Mix jeudi de 19h30-20h15	190 €	220 €	15 €
Natation Adultes Perfectionnement et apprentissage : jeudi de 20h15-21h00	190 €	220 €	15 €
Natation Adultes Sportive Loisir Jeudi 20h15-21h et vendredi 20h-21h15	210€	240€	55 €
Natation Sportive Loisir et compétition – Master Mercredi 19h30-21h et vendredi 20h-21h15	220 €	250 €	55 €
Natation Sportive Loisir et Compétition - Sénior (+18ans) Mercredi 19h30-21h et vendredi 20h-21h15	220 €	250 €	55 €

## LA NATATION POUR TOUS : Loisir et Compétition

### 2) L'école de natation labélisée



L'École de Natation Française (ENF) s'adresse à toutes et à tous.

C'est le lieu privilégié pour découvrir la « Natation », apprendre à nager et se perfectionner, chacun à son rythme et en toute sécurité.

L'enseignement est dispensé par un éducateur diplômé et titulaire de la qualification ENF correspondante.

Il a obtenu en 2019 le label « Animation - mention apprendre à nager » par la Fédération Française de Natation.



L'ENF, c'est un concept d'apprentissage organisé autour de trois étapes de formation chronologiques et incontournables : **l'ENF0, ENF1, ENF2 et ENF3**



✓ **ENF 0 : Aisance aquatique**

Cette étape vise une expérience positive de l'eau et une adaptation au milieu aquatique : l'entrée et la sortie de l'eau, l'immersion, la découverte de la flottaison.



✓ **ENF 1 : Garantir la sécurité des pratiquants**

Cette étape qui permet d'acquérir des compétences minimales pour assurer sa propre sécurité dans l'eau.



✓ **ENF 2 : Découvrir les pratiques sportives et capitaliser les habiletés motrices**

Cette étape qui certifie l'acquisition d'habiletés motrices transversales à travers la pluridisciplinarité.



✓ **ENF 3 : Aller vers la compétition - apprentissage du 4 nages**

Cette étape qui certifie l'acquisition de savoir-faire techniques et l'appropriation de l'environnement de la compétition afin de se confronter aux autres.



Lorsque que l'entraîneur considère la nageuse ou nageur prêt, la nageuse ou nageur est inscrit au challenge départemental.



### 3) Natation Course : Loisir et Compétition

La natation course est la discipline phare de la Fédération Française de Natation. En plus, des Jeux Olympiques organisés tous les 4 ans, les nageurs disputent des compétitions en bassin de 50 mètres et 25 mètres. Pour décrocher leur qualification, les nageuses et nageurs doivent réaliser des temps imposés.



Cette discipline s'organise autour de quatre disciplines : la brasse, le dos, le papillon et la nage libre. Il existe également des épreuves qui mêlent les 4 nages (100, 200 et 400 mètres 4 nages). Dans cette spécialité, les nageurs enchaînent successivement le papillon, le dos, la brasse et enfin la nage libre.



A noter qu'il n'y a plus de décalage d'un an entre les filles et les garçons (l'âge est calculé sur l'année civile). Le Changement de catégorie s'effectue dorénavant au 01 Janvier. Les compétiteurs des différentes catégories participent au fur et à mesure de l'année à différentes compétitions ou meeting où ils doivent se qualifier en réalisant les minimas escomptés aux compétitions supérieures.

✓ **AVENIR : 11 ans et moins**

La catégorie Avenir s'entraîne une à deux fois par semaine.



✓ **BENJAMIN : 12 et 13 ans**



La catégorie Benjamin s'entraîne deux à quatre fois par semaine en fonction de leur motivation, niveau, et de leur évolution.

Pour la catégorie Benjamin A de la préparation physique générale, dit PPG, est réalisée avant les séances.



✓ JUNIOR : 14, 15, 16 et 17 ans



Les catégories Junior et Sénior s'entraînent deux à quatre fois par semaine en fonction de leur motivation, niveau, et de leur évolution.  
De la préparation physique générale, dit PPG, est réalisée avant les séances du lundi et mercredi.



Lors des compétitions, la nageuse ou le nageur qui améliore son temps se voit remettre un ruban avec nom, le type de course et le temps.



Chaque année lors de l'assemblée générale les diplômes de l'école de natation sont remis aux jeunes nageurs et nageuses.



Les nageuses et nageurs ayant réalisés des podiums pendant la saison sportive sont récompensés également lors de l'assemblée générale.



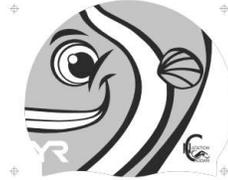
La mairie organise également chaque année une remise de récompenses.



## 4) MASTER : natation sportive adulte de loisir et de compétition

### Le milieu aquatique, un milieu privilégié pour l'activité physique :

- Etat d'apesanteur partielle ou complète
- Milieu non traumatisant
- Résistance de l'eau
- Adaptation respiratoire et cardiaque
- Apaisement



Les nageuses et nageurs adultes, dit MASTER, s'entraînent tout au long de l'année et peuvent pratiquer la natation en fonction de leur souhait et de leur évolution. Ceux qui le souhaitent réalisent quelques compétitions par an.



La natation est l'un des seuls sports permettant d'effectuer une pratique sportive de compétition jusqu'à plus de 70 ans. Les maîtres sont répartis en quatorze catégories d'âges, de C1 à C14.

Catégorie	Age
C1	25 à 29 ans
C2	30 à 34 ans
C3	35 à 39 ans
C4	40 à 44 ans
C5	45 à 49 ans
C6	50 à 54 ans
C7	55 à 59 ans
C8	60 à 64 ans
C9	65 à 69 ans
C10	70 à 74 ans
C11	75 à 79 ans
C11	80 à 84 ans
C13	85 à 89 ans
C14	90 à 94 ans

La première catégorie est composée de nageurs âgés de 25 à 29 ans, la deuxième de 30 à 34 ans et ainsi de suite jusqu'à la dernière pour les nageurs âgés de 95 ans et plus. Chaque année, des championnats départementaux, régionaux, nationaux et internationaux sont organisés.



## 5) EAU LIBRE :

La natation en eau libre est une discipline olympique depuis les Jeux de Pékin en 2008 qui se tient en milieu naturel. L'épreuve du 10 km est la seule à avoir intégré le programme olympique. Nécessitant des qualités d'endurance, la discipline requiert également un sens tactique. La gestion de la course est capitale. Elle peut, à certains égards, s'apparenter à une épreuve cycliste.



Depuis 2020, CAUDAN NATATION a ouvert une section Eau Libre ouvert à tous et à de nouveaux adhérents. Aux mois de juin et juillet, il y a des entrainements en mer pour permettre aux nageuses et nageurs de mieux appréhender le milieu naturel (se repérer, se diriger...) et d'acquérir une technique et une endurance adaptés aux distances des compétitions d'Eau Libre.

CAUDAN NATATION participe à plusieurs étapes d'eau libre de la coupe de Bretagne.



**COUPE DE BRETAGNE DE NATATION EN EAU LIBRE**  
**DIMANCHE 11 AOÛT 2024**

*Le défi des légendes*  
*Dominique Rance*

**7<sup>ème</sup> édition**  
à Plounéour-Brignogan-Plages (29890)  
Départ du centre nautique, plage des crapauds  
Accueil à partir de 8H00  
Départ des courses à partir de 10H00

**3 COURSES OUVERTES À TOUS:**  
500 M | 2 000 M | 4 000 M

**INSCRIPTIONS EN LIGNE**  
ffneaulibre.fr

**RENSEIGNEMENTS**  
liguedobretagnenatation@gmail.com  
06 44 19 05 93



Depuis 2022, CAUDAN NATATION organise une étape de la Coupe de Bretagne d'Eau Libre à Inzinzac- Lochrist, la Lochrist Swim Cup, au niveau de la base nautique au bord du Blavez.

**NATATION Morbihan** **Lochríst Swim Cup**

**ÉPREUVES OUVERTES À TOUS**

**COUPE DE BRETAGNE EAU LIBRE**

**INZINZAC LOCHRIST**  
**Samedi 16/09/23**

Organisé par : **NATATION AUDAN**  
Buvette et Restauration sur place

11H00 - Trophée du Blavez - 5000 M.  
13H30 - Défi du p'tit Phénix - 500 M.  
14H30 - Défi des écluses - 2000 M.  
16H00 - Relais des forges - 4\*500 M.

Inscriptions : <https://www.ffneaulibre.fr/>



## 6) SwimRun :



Le SwimRun est une pratique sportive en extérieur, qui consiste à alterner nage en eau libre et course à pied sans changer d'équipement. C'est une discipline de la Fédération Française de Triathlon. Plusieurs nageuses et nageurs du club et triathlètes apprécient d'y participer également.





## 7) L'OPTION NATATION :

Le Collège Saint Joseph de Caudan, la mairie et le Club de Caudan Natation s'associent afin de permettre aux élèves de vivre un triple projet autour de sa nouvelle Option Natation Sportive :

**Projet scolaire : avec un suivi scolaire**

**Projet sportif : objectifs de performances dans les compétitions UGSEL et FFN**

**Projet de formation : préparation d'un Brevet Fédérale de niveau 1 à compter de la 4<sup>ème</sup> en encadrant les enfants de l'école de Natation. Formation aux Premiers Secours / Formation aux Brevets Fédéraux de la FFN avec une prise en charge du Club\*.**



La volonté et la motivation de l'élève seront les meilleurs facteurs de sa réussite.

Le projet de l'Option Natation Sportive s'inscrit dans le projet d'établissement du Collège Saint Joseph. L'option NATATION SPORTIVE s'ajoute aux enseignements obligatoires des classes de collèges, y compris EPS.

L'entrée se fait en classe de sixième ou éventuellement en cinquième. Cette option s'adresse aux élèves, filles et garçons, scolarisés au Collège St Joseph de Caudan, sportifs motivés ayant pour ambition de progresser dans la natation, avec une pratique intensifiée de leur sport préféré, tout en ayant des conditions favorables de réussite scolaire.

La participation aux compétitions organisées dans le cadre de l'Association Sportive (A.S.) du collège, le mercredi après-midi, est encouragée.

Une plaquette détaillée est disponible, demandez-la à votre entraîneur ou un responsable du Club.

\*Adhésion au Club obligatoire.

## 8 / NOS TEXTILES ET EQUIPEMENTS CLUB :

Nous proposons au fur et à mesure de nos investissements de nouveaux équipements et avons désormais du stock afin de pouvoir répondre rapidement aux besoins.



BONNET – 10€



SWEAT JOMA – 30€



T-SHIRT JOMA – 15€



JOGGING JOMA – 15€



VESTE JOMA – 25€



SHORT JOMA – 10€



PONCHO ENFANT – 25€



PONCHO ADULTE – 30€



VERRE REUTILISABLE – 1€



GOURDE 900ml – 10€



BOB



CASQUETTE



## 9 / LES COMMISSIONS :

Le bureau de Caudan Natation a décidé de créer 5 commissions lors de la saison 2019-2020 :

**Si vous souhaitez nous rejoindre, n'hésitez pas, rapprochez-vous d'un responsable ou d'un entraîneur !**

**A/COMMISSION JEUNE** : permettre aux jeunes licenciés d'être représentés et entendus, et de développer de nouveaux projets. Tout en découvrant le fonctionnement d'un club de natation et en les sensibilisant à la fonction de bénévole.

### COMMISSION JEUNE

Référents :	Guillaume BURBAN, Christelle DURIF
Membres :	Tous les jeunes du club, petits et grands

Depuis la saison 2021-2022, les commissions jeunes se réunissent 2 fois par an (en décembre et en juin). Nous avons créé 2 groupes, une commission Avenirs-Benjamins et une Commission Juniors-Seniors, aux vues du nombre de jeunes qui y participent afin de permettre à chacun de pouvoir s'exprimer et de respecter les différences de préoccupations.



En juin, dans le cadre de son stage de 2<sup>nde</sup> effectué au sein du club, Lilian Brullefert-Diveu a animé cette commission, avec sérieux et dynamisme.

**B/COMMISSION TECHNIQUE** : organiser les actions des entraineurs dans le but d'atteindre les objectifs sportifs fixés par le club.

COMMISSION TECHNIQUE

Référent:	Yves GARGADENNEC
Membres :	Myriam LE PODER, Christelle DURIF, Yves GARGADENNEC, Guillaume BURBAN
Entraîneurs :	Les entraineurs et Petits Coachs
Formation/Officiel :	Myriam LE PODER, Christelle DURIF, Yves GARGADENNEC

Au cours de chaque saison, elle se réunit régulièrement, ce qui permet de dresser le bilan de chaque nageuses et nageurs afin de pouvoir anticiper la nouvelle saison et de demander à la mairie les lignes nécessaires pour répondre aux mieux aux besoins des nageuses et nageurs et à nos ambitions.

**C/COMMISSION SPORTIVE** : organiser le déroulement des week-ends et la formation des licenciés aux rôles d'officiels et le fonctionnement sportif du club (Compétition, formations, plannings)

COMMISSION SPORTIVE

Référent:	Myriam LE PODER
Membres :	Myriam LE PODER, Olivier COTTEN, Christelle DURIF, Yves GARGADENNEC
Licence :	Myriam LE PODER
Compétition/convocation :	Myriam LE PODER, Olivier COTTEN
Stage/Créneaux :	Christelle DURIF, Yves GARGADENNEC

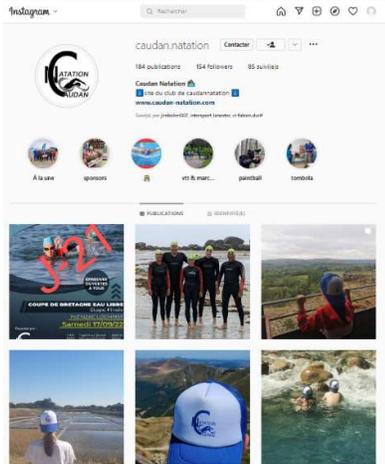
Créée lors la saison 2020-2021, avec notamment la mise en place d'une boîte mail spécifique [commsportive.caudannatation@gmail.com](mailto:commsportive.caudannatation@gmail.com) qui permet d'optimiser l'organisation des compétitions (Sélection des nageuses et nageurs pour les compétitions par les entraineurs, Co-voiturage, officiels...).

## D/COMMISSION COMMUNICATION : développer et améliorer la communication sur l'activité du club

COMMISSION COMMUNICATION	
Référent:	Olivier COTTEN
Membres :	Myriam LE PODER, Christelle DURIF, Olivier COTTEN, Françoise ROUE
SITE INTERNET :	Olivier COTTEN
PRESSE/NEWSLETTER/VITRINE	Christelle DURIF
FACEBOOK/INSTAGRAM/MAIL	Myriam LE PODER
BOOK	Yves GARGADENNEC

La communication est indispensable, jamais suffisante. Nous avons progressé de manière significative dans ce domaine avec l'installation d'une boîte aux lettres et une vitrine à l'accueil de la piscine, un Petit Journal, un calendrier, le site internet remis au goût du jour, facebook et instagram.

La communication consiste également à comprendre celui qui écoute. C'est pourquoi, nous souhaitons avoir votre avis afin d'améliorer notre Club. N'hésitez pas à nous faire part de vos suggestions.



**E/COMMISSION ANIMATION ET PARTENARIAT** : proposer des animations et activités en dehors des bassins, rechercher et fidéliser les partenaires

COMMISSION ANIMATION ET PARTENARIAT

Référent: Guillaume BURBAN  
Membres : Guillaume BURBAN, Yves GARGADENNEC, Myriam LE PODER, Françoise ROUE  
Partenariat : Guillaume BURBAN  
Fournisseur : Myriam LE PODER et Yves GARGADENNEC  
Evènementiel : Nicolas LE GAL



La dynamique au niveau de nos partenaires et de nos animations est toujours bien lancée avec de nouveaux partenaires et des activités comme le Paintball ou l'aquapark.



# 10 / LA FORMATION :

La formation est l'outil structurant de la Fédération Française de Natation. La ligue de Bretagne de Natation en lien avec la FFN met en œuvre plusieurs types de formations à destination de tous les acteurs des Clubs (licenciés, dirigeants, entraîneurs, salariés, sportifs) :

L'objectif est de permettre à chaque licencié affilié à un club FFN de trouver la formation lui permettant d'acquérir les compétences nécessaires pour exercer en toute sécurité et conformément aux orientations fédérales.

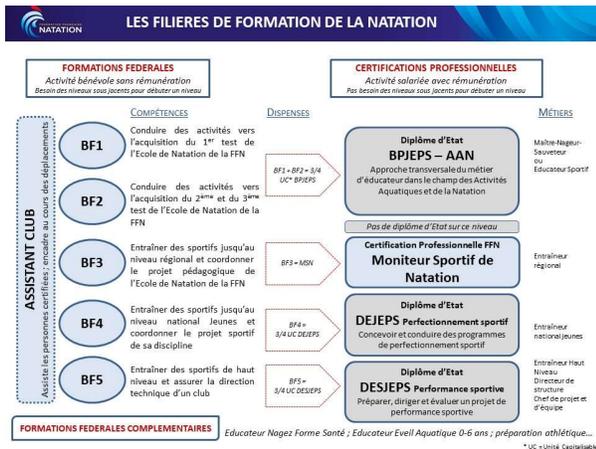
Il existe deux types de formations : Fédérale et d'Etat

## ❖ La formation fédérale

La formation fédérale s'adresse à celles et ceux qui veulent s'engager dans l'encadrement, l'enseignement et l'entraînement de la natation, avec le souci de l'exigence et de la qualité, et de manière bénévole.

## ❖ La formation professionnelle d'Etat

Au contraire des Brevets Fédéraux qui encadrent l'exercice d'une activité bénévole, les formations professionnelles d'Etat délivrent des diplômes permettant d'exercer une activité contre rémunération. La possession d'un diplôme professionnel d'Etat est donc une obligation pour tout éducateur qui encadre, anime, enseigne, ou entraîne contre rémunération.



Il existe des passerelles et équivalences entre les brevets fédéraux et les diplômes professionnels. En effet, l'acquisition de brevets fédéraux permet l'obtention d'équivalence vers les diplômes d'Etat. La filière fédérale représente donc une passerelle entre l'encadrement bénévole et l'encadrement professionnel.

De son côté, le Club de Caudan Natation souhaite toujours accompagner les licenciés nageuses et nageurs qui s'investissent dans le Club. Les membres du bureau considèrent, en effet, que la compétence de l'encadrement est le meilleur investissement pour le présent comme pour l'avenir du Club. De plus, chaque licencié en formation est suivi par un entraîneur du Club, véritable référent afin de l'accompagner tout au long de sa formation.

**Si vous souhaitez plus de renseignement, n'hésitez pas, rapprochez-vous d'un entraîneur ou d'un responsable du Club.**

## 11 / NOS ANIMATIONS :

### ✓ Notre Mascotte :



BOB notre mascotte accompagne nos nageuses et nageurs tout au long de la saison.



## ✓ Nos fils rouges d'été et d'hiver :

Nos fils rouges consistent à créer de la cohésion au sein du Club.  
Ce fut pour la première édition un Bob :



Puis une casquette :





Puis des bonnets de Noël et la remise des Père Noël en chocolat à l'Ecole de Natation



## ✓ Les vacances scolaires :



Pour les vacances de Toussaint/Février/Pâques, les différentes catégories ont une plusieurs séances spécifiques où les entraîneurs réalisent du travail complémentaire par rapport aux séances quotidiennes d'entraînement.



Des séances de Water-Polo peuvent être réalisées afin de renforcer la dextérité et la cohésion entre nageuses et nageurs



## ✓ Nos actions institutionnelles :

Septembre : forum des associations de Caudan



Octobre : assemblée générale



## Décembre :

- Compétition pour le téléthon



Si on nageait  
AVEC CAUDAN pour le TÉLÉTHON

**COMPÉTITION D'ANIMATION OUVERTE À TOUS DE 5 À 77 ANS**  
à la piscine de CAUDAN

**PROGRAMME :**  
Ouverture des portes 15h15  
Echauffement 15h30 - 16h00  
Début des épreuves 16h05  
25 Nage Libre D/M  
50 brasse D/M  
Duo relais 25 m - mixte :  
Un enfant moins de 8 ans + un nageur (jeune ou adulte)  
Contact et déplacement d'entraînement avec une planche le nageur sur le dos accompagné en étant la planche.  
25 papillon D/M  
50 dos D/M  
Relais 2 x 25 m NL - mixte  
Départ planché pour le premier relayeur - départ dans l'eau pour le deuxième.  
25 brasse D/M  
50 Nage Libre D/M  
Relais 25 m 4 N - mixte (dos, brasse, papillon, crawl)  
Départ planché pour le 1<sup>er</sup> et 3<sup>ème</sup> relayeur - départ dans l'eau pour le 2<sup>ème</sup> et le 4<sup>ème</sup>  
1<sup>er</sup> et 2<sup>ème</sup> relais : même 25 m brasse - même 25 m papillon et même 25 m crawl  
25 dos D/M  
TRIO relais pirates - mixte  
Un enfant moins de 8 ans + 2 nageurs (jeune ou adulte)  
L'enfant estassis sur camembert - les 2 nageurs font un relais de camembert 25 m chacun.

**MODALITÉS DE PARTICIPATION :**

**SAMEDI 7 DÉCEMBRE 2019**  
15h15 à 17h30

Engagements auprès de Caudan Natation : du 2 au 6 décembre  
contact : [caudan@caudan.fr](mailto:caudan@caudan.fr) ou <https://caudannatation.org/porteportes/>  
ou le 7 décembre sur place de 15h15 à 17h30  
RÉGLER L'ABONNEMENT À LA COMPÉTITION

CONTACT : 06 79 66 67 74

## Janvier : calendrier

2022

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31

CAUDAN NATATION

**SUPER LOTO**  
Animé par Marie JP

**VENDREDI 7 FEVRIER**  
Ouverture des portes 18 h, Début du loto 20 h

Salle des Fêtes Joseph Le RAVALLEC (Kerrom) - CAUDAN

**4000 € de lots**

- 1<sup>er</sup> lot : 1 carte cadeau de 1000 €
- 2<sup>ème</sup> lot : 1 carte cadeau de 600 €
- 3<sup>ème</sup> lot : 1 carte cadeau de 400 €
- 4<sup>ème</sup> lot : 1 carte cadeau de 300 €
- 5<sup>ème</sup> lot : 1 carte cadeau de 200 €
- 6<sup>ème</sup> lot : 1 carte cadeau de 150 €
- 7<sup>ème</sup> lot : 1 carte cadeau de 100 €
- 8<sup>ème</sup> lot : 1 panier apéro de 80 €
- 9<sup>ème</sup> lot : 1 lot surprise St Valentin
- 10<sup>ème</sup> lot : 1 carte cadeau de 75 €

et de nombreux autres gains

**TARIFS CARTES :**  
4€ les 3 cartons  
10€ la plaque de 6 cartons + 3 Gratuits  
18€ la plaque de 8 cartons + 5 Gratuits  
25€ la plaque de 12 cartons + 8 Gratuits

Gâteaux-Sandwichs-Bolsions SUR PLACE

CONTACT : [caudan@caudan.fr](mailto:caudan@caudan.fr)

## Février : loto



## Avril : stage en bassin 50 m à Pontivy



## 12/ PARTENAIRES ET SPONSORS

Le club Caudan Natation bénéficie de fidèles partenaires institutionnels, depuis de nombreuses années. Leurs contributions facilitent grandement le fonctionnement du club. Nous remercions, tout d'abord, la ville de Caudan pour le prêt de la piscine, la mise à disposition d'un local, des salles et pour leur accompagnement financier.



Nous remercions également Lorient Agglomération, Le conseil départemental 56 et la région Bretagne pour leur accompagnement financier.



Nous remercions également Le comité du Morbihan, la ligue de Bretagne et la fédération française de Natation pour l'organisation des événements sportifs de l'école de natation et de compétitions ; et le comité département olympique et sportif pour l'établissement des bulletins de paye de nos salariés.



Les partenaires ou sponsors entrepreneuriaux, sont, également, indispensables à la pérennité du club, pour le renouvellement d'un matériel et de tenues adaptés aux besoins des nageurs, entre autres, et financièrement (emploi de salariés qualifiés, formations régulières des encadrants salariés et bénévoles, organisation d'entraînements suffisants et de stages pour permettre une progression de chacun et des résultats en compétition).

En fonction de la prestation finalisée, le club s'engage à :

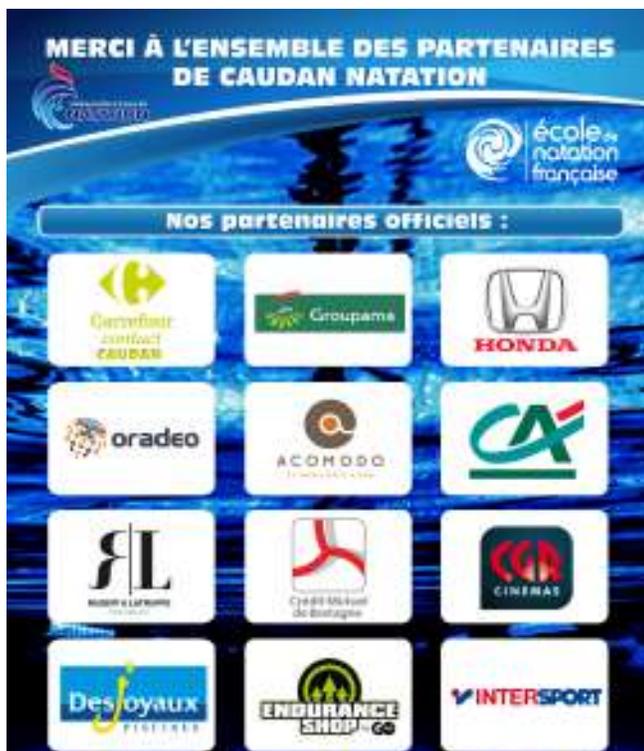
- Promouvoir des valeurs de solidarité, de respect et de dépassement de soi.
- Faire connaître ses partenaires et sponsors, à travers une vie associative dynamique, en organisant ou co-organisant des manifestations sportives de natation ou d'autres disciplines sportives et en soutenant d'autres associations environnementales, de la vie locale de la commune, en faveur du handicap....
- Les rendre visible sur les différents supports de communication, lors des événements et des compétitions
- Organiser une rencontre de ses différents partenaires et sponsors
- Apparaître sur les supports ou site que le partenaire ou sponsor souhaiterait

**Chacun des membres du club (nageuses, nageurs, parents, entraîneurs, bénévoles...) est concerné par cette démarche partenariale et de sponsoring, alors si vous connaissez des entreprises ou partenaires intéressés, n'hésitez pas à nous en faire part !**

Pour toute demande, vous pouvez contacter Guillaume BURBAN (Responsable partenariat) [g.burban@wanadoo.fr](mailto:g.burban@wanadoo.fr)



Nous remercions chaleureusement tous nos partenaires et sponsors pour leurs aides et contributions, notre club ne pourrait fonctionner sans.



## 13 / PROJETS 2024-2026 :

Comme les précédentes saisons, nous souhaitons, sur les deux disciplines de Loisir et de compétition, réaliser le même développement :

### Qualitatif :

- 1 Répondre et s'adapter aux besoins des pratiquants
- 2 Accompagner les licenciés, officiels, encadrants
- 3 Encourager la culture de l'objectif et du dépassement de soi
- 4 Respecter notre charte de bonne conduite « Caudan Natation »

### Quantitatif :

- 1 Fidéliser les licenciés
- 2 Recruter des adhérents en fonction de l'évolution des différentes catégories
- 3 Adapter les lignes/créneaux aquatiques en fonction du besoin

Cette saison 2024-2025, nous sommes 170 licenciés, nous devons désormais pérenniser ce niveau d'adhérent et continuer la structuration du Club. Cet objectif doit permettre d'offrir une plus grande diversité de séances d'entraînements et également d'équilibrer financièrement le Club de manière pérenne.

Nous souhaitons, par exemple, mettre en place des référents pour chaque catégorie (titulaire et suppléant) afin d'organiser les différentes compétitions (officiels, co-voiturage...).

Lors des différentes commission Jeune, de nombreuses propositions ont été formulées comme le souhait d'avoir des sensibilisations à la nutrition, d'avoir des chaussettes logotées CN ou avec photos.

Enfin, le club de Caudan Natation souhaite rester un club de loisir et compétition avec des performances aussi bien féminines que masculines de bons niveaux où chacun trouve sa place. Nous souhaitons participer aux compétitions de niveau départemental, régional, inter-régional, en fonction des résultats des différents nageuses et nageurs.



## ANNEXE : LES TEMPS ET RECORDS DU CLUB TOUTES CATEGORIES :

<b>Femmes - Bassin de 25m</b>				
<b>Epreuve</b>	<b>Temps</b>	<b>Nom</b>	<b>Date (âge)</b>	<b>Points</b>
<a href="#"><u>50 Nage Libre Dames</u></a>	<b>0:29:06</b>	KOEHLER Estelle	07/12/2014 (16 ans)	1110
<a href="#"><u>100 Nage Libre Dames</u></a>	<b>1:02:91</b>	DOLE Charlotte	04/12/2004 (16 ans)	1093
<a href="#"><u>200 Nage Libre Dames</u></a>	<b>2:19:74</b>	ROSSIGNOL Telma	22/12/2012 (13 ans)	1012
<a href="#"><u>400 Nage Libre Dames</u></a>	<b>4:55:25</b>	ROSSIGNOL Telma	08/12/2012 (13 ans)	982
<a href="#"><u>800 Nage Libre Dames</u></a>	<b>10:14:00</b>	ROSSIGNOL Telma	11/03/2012 (13 ans)	949
<a href="#"><u>1500 Nage Libre Dames</u></a>	<b>24:23:82</b>	LE ROUZIC Axelle	20/01/2019 (15 ans)	501
<a href="#"><u>50 Dos Dames</u></a>	<b>0:32:57</b>	KOEHLER Estelle	05/12/2015 (17 ans)	1155
<a href="#"><u>100 Dos Dames</u></a>	<b>1:11:61</b>	KOEHLER Estelle	20/12/2014 (16 ans)	1066
<a href="#"><u>200 Dos Dames</u></a>	<b>2:33:19</b>	THOMAS Celia	09/11/2013 (14 ans)	1048
<a href="#"><u>50 Brasse Dames</u></a>	<b>0:36:29</b>	KOEHLER Estelle	06/12/2015 (17 ans)	1125
<a href="#"><u>100 Brasse Dames</u></a>	<b>1:21:65</b>	ROSSIGNOL Telma	02/02/2013 (14 ans)	1037
<a href="#"><u>200 Brasse Dames</u></a>	<b>2:56:16</b>	LESAVAND Margot	21/12/2013 (13 ans)	1015
<a href="#"><u>50 Papillon Dames</u></a>	<b>0:31:33</b>	ROSSIGNOL Telma	22/12/2012 (13 ans)	1098
<a href="#"><u>100 Papillon Dames</u></a>	<b>1:08:87</b>	ROSSIGNOL Telma	21/12/2012 (13 ans)	1080
<a href="#"><u>200 Papillon Dames</u></a>	<b>2:37:01</b>	ROSSIGNOL Telma	23/12/2012 (13 ans)	972
<a href="#"><u>100 4 Nages Dames</u></a>	<b>1:16:46</b>	KOEHLER Estelle	11/11/2018 (20 ans)	900
<a href="#"><u>200 4 Nages Dames</u></a>	<b>2:34:95</b>	ROSSIGNOL Telma	13/05/2012 (13 ans)	1046
<a href="#"><u>400 4 Nages Dames</u></a>	<b>5:36:00</b>	ROSSIGNOL Telma	01/04/2012 (13 ans)	972

## Femmes - Bassin de 50m

Epreuve	Temps	Nom	Date (âge)	Points
<a href="#"><u>50 Nage Libre Dames</u></a>	<b>0:28:11</b>	DOLE Charlotte	17/12/2004 (16 ans)	1171
<a href="#"><u>100 Nage Libre Dames</u></a>	<b>1:02:64</b>	DOLE Charlotte	26/07/2005 (17 ans)	1101
<a href="#"><u>200 Nage Libre Dames</u></a>	<b>2:16:50</b>	DOLE Charlotte	06/02/2005 (17 ans)	1061
<a href="#"><u>400 Nage Libre Dames</u></a>	<b>4:49:97</b>	ROSSIGNOL Telma	08/06/2013 (14 ans)	1020
<a href="#"><u>50 Dos Dames</u></a>	<b>0:33:42</b>	KOEHLER Estelle	24/05/2015 (17 ans)	1106
<a href="#"><u>100 Dos Dames</u></a>	<b>1:13:00</b>	THOMAS Celia	26/05/2013 (14 ans)	1029
<a href="#"><u>200 Dos Dames</u></a>	<b>2:32:92</b>	THOMAS Celia	25/05/2013 (14 ans)	1052
<a href="#"><u>50 Brasse Dames</u></a>	<b>0:37:97</b>	KOEHLER Estelle	27/06/2015 (17 ans)	1046
<a href="#"><u>100 Brasse Dames</u></a>	<b>1:23:70</b>	LESAVAND Margot	18/01/2014 (14 ans)	990
<a href="#"><u>200 Brasse Dames</u></a>	<b>2:56:16</b>	LESAVAND Margot	22/06/2014 (14 ans)	1015
<a href="#"><u>50 Papillon Dames</u></a>	<b>0:30:89</b>	ROSSIGNOL Telma	17/07/2013 (14 ans)	1123
<a href="#"><u>100 Papillon Dames</u></a>	<b>1:08:30</b>	ROSSIGNOL Telma	19/07/2013 (14 ans)	1096
<a href="#"><u>200 Papillon Dames</u></a>	<b>2:31:93</b>	ROSSIGNOL Telma	21/07/2013 (14 ans)	1042
<a href="#"><u>200 4 Nages Dames</u></a>	<b>2:36:68</b>	ROSSIGNOL Telma	05/04/2013 (14 ans)	1022
<a href="#"><u>400 4 Nages Dames</u></a>	<b>5:33:76</b>	ROSSIGNOL Telma	10/03/2013 (14 ans)	987

## Hommes - Bassin de 25m

Epreuve	Temps	Nom	Date (âge)	Points
<a href="#">50 Nage Libre Messieurs</a>	0:24:50	CORNILLEAU Eliott	08/12/2018 (17 ans)	1138
<a href="#">100 Nage Libre Messieurs</a>	0:53:44	CORNILLEAU Eliott	08/12/2018 (17 ans)	1140
<a href="#">200 Nage Libre Messieurs</a>	2:00:65	CORNILLEAU Eliott	04/12/2016 (15 ans)	1077
<a href="#">400 Nage Libre Messieurs</a>	4:16:82	GILBERT Elouan	30/11/2019 (15 ans)	1063
<a href="#">800 Nage Libre Messieurs</a>	9:02:36	CORNILLEAU Eliott	04/12/2016 (15 ans)	1044
<a href="#">1500 Nage Libre Messieurs</a>	17:50:98	CORNILLEAU Eliott	05/12/2015 (14 ans)	993
<a href="#">50 Dos Messieurs</a>	0:28:45	LEGRETARD Ugo	09/12/2018 (18 ans)	1083
<a href="#">100 Dos Messieurs</a>	1:01:29	LEGRETARD Ugo	08/12/2018 (18 ans)	1070
<a href="#">200 Dos Messieurs</a>	2:24:22	KOEHLER Benjamin	26/11/2017 (15 ans)	907
<a href="#">50 Brasse Messieurs</a>	0:32:04	LEGRETARD Ugo	09/12/2018 (18 ans)	1039
<a href="#">100 Brasse Messieurs</a>	1:09:80	GILBERT Elouan	08/12/2018 (14 ans)	1061
<a href="#">200 Brasse Messieurs</a>	2:27:54	GILBERT Elouan	01/12/2019 (15 ans)	1075
<a href="#">50 Papillon Messieurs</a>	0:27:26	PILLOT Martin	16/11/2019 (16 ans)	1069
<a href="#">100 Papillon Messieurs</a>	1:02:48	PILLOT Martin	20/10/2019 (16 ans)	1027
<a href="#">200 Papillon Messieurs</a>	2:22:44	GILBERT Elouan	10/11/2019 (15 ans)	940
<a href="#">100 4 Nages Messieurs</a>	1:02:09	GILBERT Elouan	01/12/2019 (15 ans)	1080
<a href="#">200 4 Nages Messieurs</a>	2:14:76	GILBERT Elouan	30/11/2019 (15 ans)	1065
<a href="#">400 4 Nages Messieurs</a>	4:47:49	GILBERT Elouan	01/12/2019 (15 ans)	1045

## Hommes - Bassin de 50m

Epreuve	Temps	Nom	Date (âge)	Points
<a href="#">50 Nage Libre Messieurs</a>	0:25:58	CORNILLEAU Eliott	26/03/2017 (16 ans)	1063
<a href="#">100 Nage Libre Messieurs</a>	0:55:60	CORNILLEAU Eliott	03/07/2017 (16 ans)	1069
<a href="#">200 Nage Libre Messieurs</a>	2:04:57	CORNILLEAU Eliott	01/07/2017 (16 ans)	1013
<a href="#">400 Nage Libre Messieurs</a>	4:25:96	CORNILLEAU Eliott	09/07/2016 (15 ans)	1026
<a href="#">800 Nage Libre Messieurs</a>	9:17:70	CORNILLEAU Eliott	10/07/2016 (15 ans)	1001
<a href="#">1500 Nage Libre Messieurs</a>	18:05:92	CORNILLEAU Eliott	11/06/2016 (15 ans)	964
<a href="#">50 Dos Messieurs</a>	0:29:58	PILLOT Martin	22/12/2019 (16 ans)	1019
<a href="#">100 Dos Messieurs</a>	1:04:46	LEGRETARD Ugo	22/12/2018 (18 ans)	984
<a href="#">200 Dos Messieurs</a>	2:28:03	KOEHLER Benjamin	02/07/2017 (15 ans)	860
<a href="#">50 Brasse Messieurs</a>	0:32:84	GILBERT Elouan	09/02/2019 (15 ans)	999
<a href="#">100 Brasse Messieurs</a>	1:11:76	GILBERT Elouan	21/12/2018 (14 ans)	1012
<a href="#">200 Brasse Messieurs</a>	2:35:22	GILBERT Elouan	20/12/2019 (15 ans)	979
<a href="#">50 Papillon Messieurs</a>	0:28:21	PILLOT Martin	31/03/2019 (16 ans)	1008
<a href="#">100 Papillon Messieurs</a>	1:03:90	PILLOT Martin	30/06/2019 (16 ans)	988
<a href="#">200 Papillon Messieurs</a>	2:31:60	NICOLAS Dorian	26/06/2016 (17 ans)	859
<a href="#">200 4 Nages Messieurs</a>	2:17:32	GILBERT Elouan	20/12/2019 (15 ans)	1028
<a href="#">400 4 Nages Messieurs</a>	4:57:16	GILBERT Elouan	21/12/2019 (15 ans)	977

