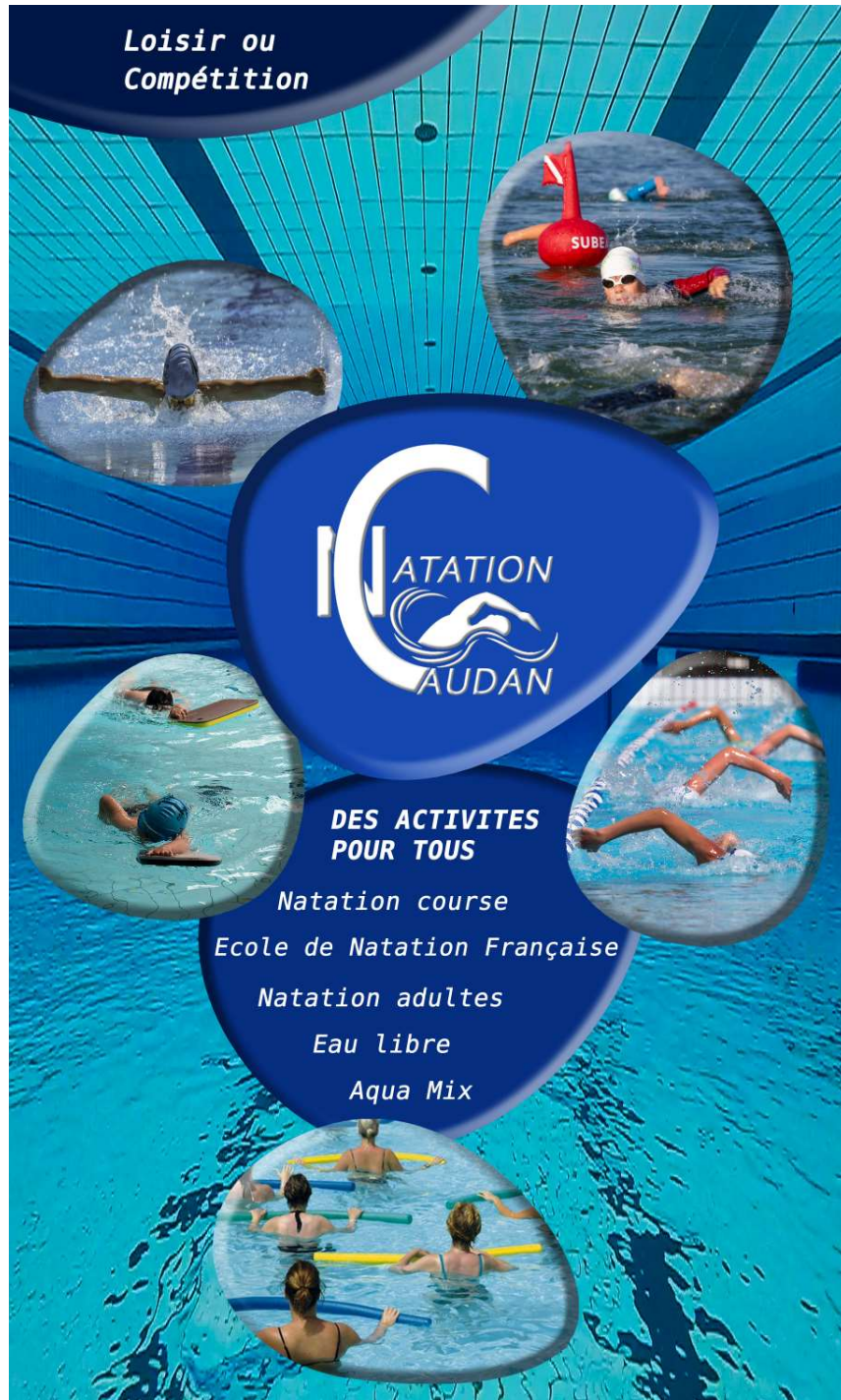


BOOK SAISON 2020-2021



Version Mars 2021,

Nous contacter : 06 85 10 76 24 ou secretaire.caudannatation@gmail.com

SOMMAIRE

1 / QUI SOMMES-NOUS

2 / HISTOIRE DU CLUB

3 / LE BUREAU

4 / LES ENTRAINEURS ET PETITS COACHS

5 / LES OFFICIELS

6 / NOS ACTIVITES

A / LA NATATION POUR TOUS : Loisir

Ecole de natation labélisée : ENF 1, 2 et 3

Adolescent de 12 à 17 ans

Aquamix

Natation adulte d'apprentissage/perfectionnement

Maîtres

B / LA COMPETITION :

Adolescent de 12 à 17 ans

Avenir/Jeunes/Juniors

Maîtres

Eau Libre

7/ NOS EQUIPEMENTS CLUB

8 / LES COMMISSIONS

9 / LA FORMATION

10 / NOS ANIMATIONS

11 / NOS PARTENAIRES

12 / PROJET 2021-2024

ANNEXE LES TEMPS ET RECORDS DU CLUB

1 / QUI SOMMES-NOUS :

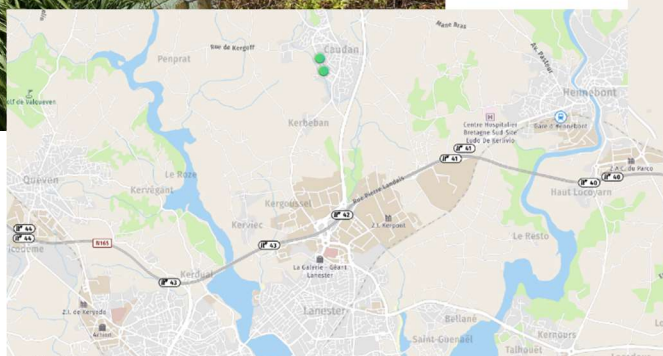
Le club de Caudan Natation compte actuellement 125 licenciés provenant de Caudan et de l'agglomération lorientaise. Les membres de notre club pratique la natation de loisir et de compétition. C'est un sport accessible à tous, de 3 à 100 ans.



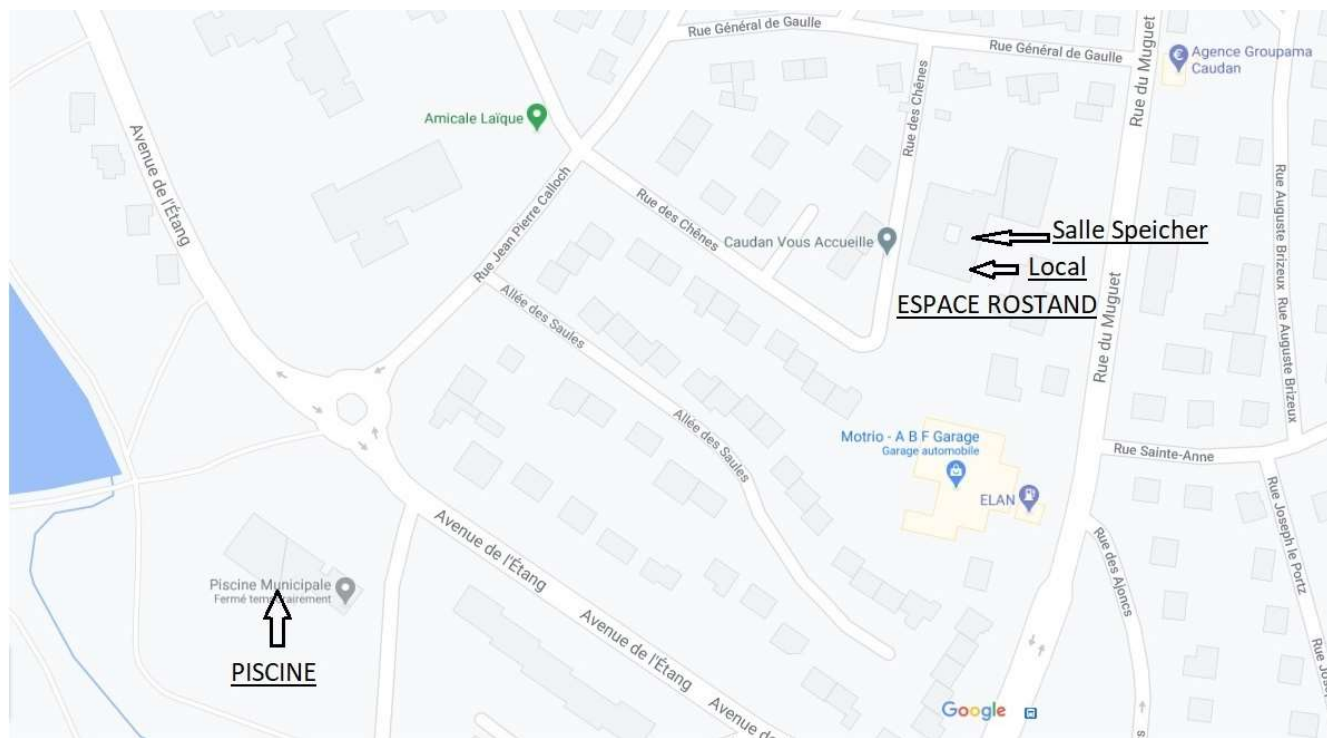
Le club se compose de diverses catégories ouvertes, à tout type de public. On retrouve les catégories suivantes : l'Ecole de Natation 1, 2 et 3, les Avenirs, les Jeunes, les Juniors (loisir et compétition), la natation pour les adultes d'apprentissage, de loisir et de Compétition (Masters), ainsi que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

En 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 de Caudan.



Depuis septembre 2020, la mairie nous a mis à disposition un local au niveau de l'espace rostand afin de faciliter l'organisation pour le club. Nous réalisons dorénavant nos assemblées générales, réinscription à la salle Speicher et nos réunions techniques et de bureau dans ce local.



2 / HISTOIRE DU CLUB :

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

Vous trouverez ci-dessous un article du télégramme du 20 septembre 2010 qui interview son président-fondateur :



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.

3 / LE BUREAU :



Le bureau de CAUDAN NATATION est composé de :

Yves GARGADENNEC (Président), Christelle DURIF (Vice-présidente), Isabelle PILLOT (Trésorière), Sabine LE CLINFF (Trésorière adjointe), Myriam LE PODER (Secrétaire), Céline GUILLEMOT (Secrétaire adjointe), Frédéric PILLOT (Evènementiel), et Guillaume BURBAN (Partenariat).



Il se réunit le lundi, tous les quinze jours, au local salle Speicher 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 souhaite mettre en place cette année une **CHARTRE** pour le Club basée sur le **Cohésion**, l'**Humilité**, l'**Apprentissage**, le **Respect**, la **Tolérance** et l'**Environnement** où chacun s'engage adhérents, parents, entraîneurs, bénévoles, les membres du bureau.



CHARTRE CAUDAN NATATION

NATATION POUR TOUS DE LOISIR ET DE COMPETITION



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.

COHESION	HUMILITE
<p>LE CLUB :</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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 <p>LES PARENTS :</p> <ul style="list-style-type: none"> - préparent des gâteaux 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 informés 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 supporteurs de toute l'équipe et non pas uniquement de son enfant <p>LES NAGEUSES ET NAGEURS :</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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 	<p>LE CLUB :</p> <ul style="list-style-type: none"> - développe l'esprit « Caudan Natation » avant, pendant et après les entraînements / compétitions - Est à l'écoute en cas de problématique avec un adhérent <p>LES PARENTS :</p> <ul style="list-style-type: none"> - restent Fair-Play - reconnaissent les valeurs des entraîneurs, des officiels et des nageuses / nageurs quelque soit le résultat <p>LES NAGEUSES ET NAGEURS :</p> <ul style="list-style-type: none"> - respectent les nageuses et nageurs des autres Clubs - restent humbles et modestes dans la victoire - restent fair-play à tout moment.
APPRENTISSAGE	RESPECT
<p>LE CLUB :</p> <ul style="list-style-type: none"> - met à disposition le matériel pédagogique et sportif nécessaire à la pratique de la natation - organise les entraînements avec des personnes qualifiées adaptées à chaque catégorie - met en place une formation pour les entraîneurs et futurs entraîneurs, et également pour les officiels <p>LES PARENTS :</p> <ul style="list-style-type: none"> - s'inscrivent autant que possible dans les formations proposées par le club - s'assurent que le Club possède leurs coordonnées à jour <p>LES NAGEUSES ET NAGEURS :</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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 	<p>LE CLUB :</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. <p>LES PARENTS :</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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 <p>LES NAGEUSES ET NAGEURS :</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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	ENVIRONNEMENT
<p>LE CLUB :</p> <ul style="list-style-type: none"> - s'interdit toute forme de discrimination <p>LES PARENTS :</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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 <p>LES NAGEUSES ET NAGEURS :</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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 	<p>LE CLUB :</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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...) <p>LES PARENTS :</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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 <p>LES NAGEUSES ET NAGEURS :</p> <ul style="list-style-type: none"> - utilisent les points de collecte mis à disposition, - laissent propre les vestiaires et les piscines - se conforment au règlement intérieur,

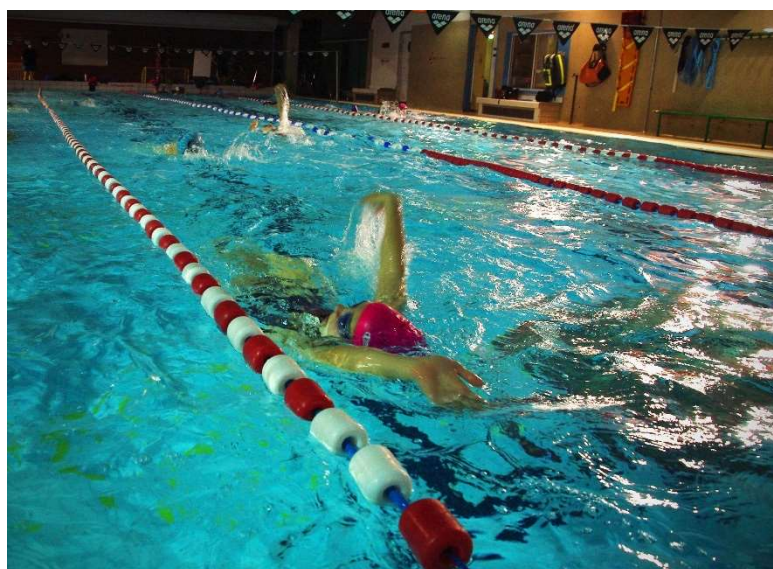
4 / LE STAFF :



L'entraînement de l'Ecole de Natation est réalisé le mercredi midi par Erwan JACOB, Arnaud NICOLAS, Carole LORCY et également par 3 « petits coachs » de la catégorie Juniors Flavie LE PODER, Marin BURBAN et Marie DREAN.



Les séances d'entraînement des Avenirs, Jeunes, Juniors (loisir et compétition), la natation pour les adultes d'apprentissage, de loisir et de Compétition (Masters), ainsi que l'aquamix sont réalisés par Léana LE GOUIC, Yann-Kévin LEMESLE. Erwan JACOB entraîne également les juniors le vendredi soir.



5 / 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 plus de 40 ans l'organisation des jurys de Natation Course de la FFN était structurée autour de 3 niveaux d'officiels (C, B, A). En 2019, la commission fédérale des juges et arbitres a estimé que ce dispositif ne correspondait plus à la réalité des responsabilités. Partant de ce constat la commission a proposé une nouvelle structuration qui repose sur 3 niveaux principaux définis selon les critères de connaissance du règlement et sur les types de compétences requises. Cette réforme a été mise en place à partir du 1er septembre 2020.

	Chronométrateur	Juge	Starter	Juge-arbitre
Préalable	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.
Postes dans le jury	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
Conditions	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 ».

TRANSPPOSITION 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 : Guillaume BURBAN



Officiel C au club de CAUDAN NATATION :
Lisa LE PODER, Axelle LE ROUZIC, Hugo MALIGORNE, Martin PILLOT



Sabine LE CLINFF, David MALIGORNE, Céline GUILLEMOT, Frédéric PILLOT,



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





6 / NOS ACTIVITES

Le club de Caudan Natation compte actuellement 125 licenciés aussi bien en loisir qu'en compétition.

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



LOISIR :

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

Sauv'nage :

Pass'sport de l'eau :

Pass'compétition :



Adolescent : nageuses et nageurs de 12 à 17 ans ne souhaitant pas effectués de compétition

l'Aquamix

Natation adulte : perfectionnement et apprentissage

Maîtres : nageurs confirmés adultes

Officiel/Encadrant



COMPETITION

Adolescent : nageuses et nageurs qui ne sont pas passés par l'école de natation et qui intègrent les équipes de compétition au fur et à mesure de leur évolution

Avenir/Jeunes/Juniors/Séniors :

	SAISON 2020 - 2021 (du 16 septembre 2020 au 15 septembre 2021)			
	<i>Dames</i>		<i>Messieurs</i>	
<i>AVENIRS</i>	<i>10 ans et moins</i>	<i>2011 et après</i>	<i>11 ans et moins</i>	<i>2010 et après</i>
<i>JEUNES</i>	<i>11 - 13 ans</i>	<i>2010 - 2008</i>	<i>12 - 14 ans</i>	<i>2009 - 2007</i>
<i>JUNIORS</i>	<i>14 - 17 ans</i>	<i>2007 - 2004</i>	<i>15 - 18 ans</i>	<i>2006 - 2003</i>
<i>SENIORS</i>	<i>18 ans et plus</i>	<i>2003 et avant</i>	<i>19 ans et plus</i>	<i>2002 et avant</i>

Maîtres : nageuses et nageurs adultes compétiteurs de plus de 25 ans souhaitant réalisés dans l'année des compétitions

Officiel/Encadrant

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



ENTRAINEMENT SAISON 2020-2021

ENTRAINEMENT SAISON 2020-2021			
Lundi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
	13h 00 – 14h 00 Sauv'nage (ENF1) 5-8 ans		
	13h 00 – 14h 00 Pass'sport de l'eau (ENF 2) 7-9 ans		
	13h 00 – 14h 00 Pass'compétition (ENF 3) - 4 nages		18h 45 – 20h 00 Pass'compétition (ENF 3) - 4 nages
19h 45 – 20h 45 Avenir Pass'compétition		19h 30 – 20h 30 Avenir Pass'compétition	
19h 45 – 20h 45 Ados (2005-2008)			20h 00 – 21h 15 Ados (2005-2008)
19h 45 – 21h 15 Jeunes (2009-2008-2007)	19h 30 – 21h 00 Jeunes (2009-2008-2007)		20h 00 – 21h 15 Jeunes (2009-2008-2007)
19h 15 – 19h 45 PPG : juniors	19h 00 – 19h 30 PPG : juniors		19h 00 – 19h 45 PPG : juniors
19h 45 – 21h 15 Juniors (2006-2005-...)	19h 30 – 21h 00 Juniors (2006-2005-...)	19h 30 – 21h 00 Juniors (2006-2005-...)	20h 00 – 21h 15 Juniors (2006-2005-...)
	19h 30 – 21h 00 Masters	19h30 – 20h 15 20h15 – 21h 00 Aqua Mix Natation Adulte	20h 00 – 21h 15 Masters

Les différents tarifs d'adhésion au club et à la licence FFN pour la saison 2020-2021 sont les suivants :

Cours	Adhésion	Licence	TOTAL Nouvel Adhérent	TOTAL Réinscription Covid
Ecole de Natation – sauv'nage	150 €	30 €	180 €	165 €
Ecole de Natation – pass'sport	150 €	30 €	180 €	165 €
Ecole de Natation – pass'compétition	170 €	30 €	200 €	183 €
Natation sportive – Loisir	170 €	30 €	200 €	183 €
AQUA MIX jeudi de 19h30-20h15	170 €	10 €	180 €	163 €
Natation adultes jeudi de 20h15-21h00	170 €	10 €	180 €	163 €
Natation Master - Loisir	200 €	10 €	210 €	190 €
Natation Master - Compétition	200 €	50 €	210 €	230 €
Natation sportive – Compétition – 10 ans	200 €	30 €	230 €	210 €
Natation sportive – Compétition + 10 ans	200 €	50 €	250 €	230 €

A noter que tout adhérent renouvelant son adhésion a une réduction de 10% sur le prix de la licence « CAUDAN NATATION » pour cette saison 2020-2021 lié au confinement.

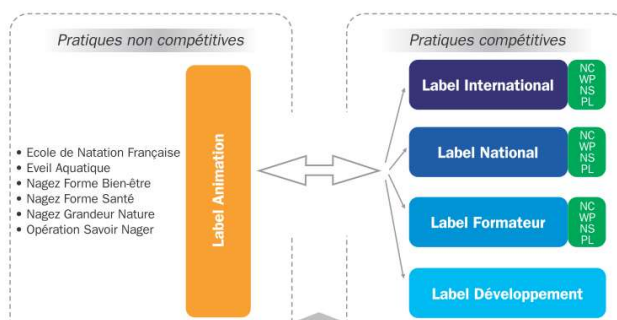
A / LA NATATION POUR TOUS : Loisir

1) L'école de natation labélisée

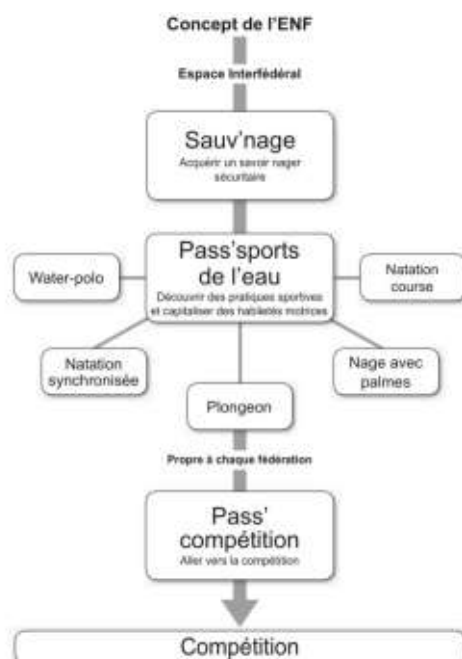


L'École de Natation Française (ENF) s'adresse à toutes et à tous. C'est le lieu privilégié pour découvrir la « Natation », apprendre à nager et se perfectionner, chacun à son rythme et en toute sécurité. L'enseignement est dispensé par un éducateur diplômé et titulaire de la qualification ENF correspondante.

Le club souhaite poursuivre son développement sur l'École de Natation de 5 à 12 ans, en lien avec le projet « J'apprends à nager », soutenu par le Ministère des Sports (favoriser l'accès de tous les enfants aux sports nautiques (Voile, Kayak, Surf...) et participer à la prévention des risques de noyade dans une zone géographique proche de la mer). Il a, en effet, obtenu en 2019 le label « Animation - mention apprendre à nager » par la Fédération Française de Natation.



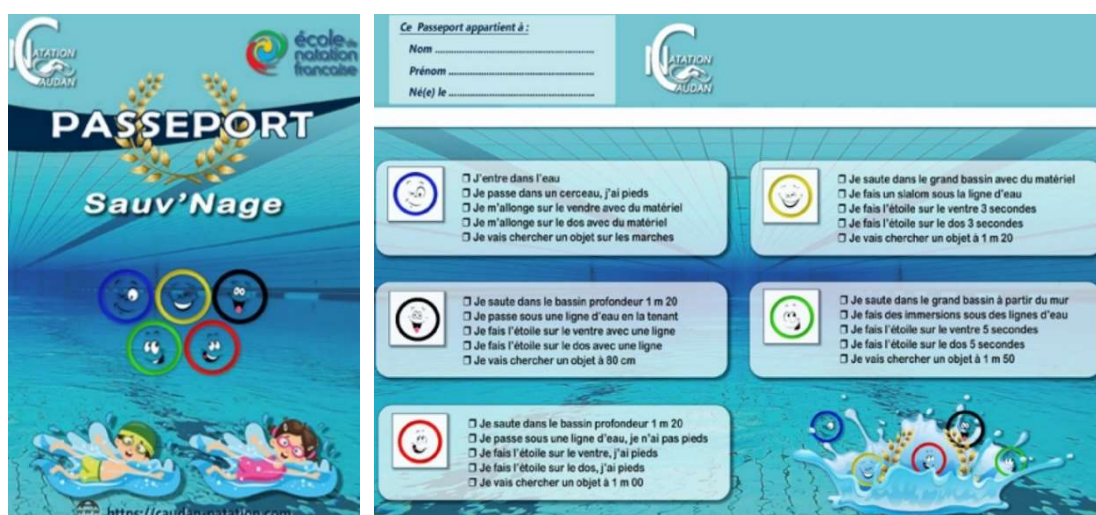
L'ENF, c'est un concept d'apprentissage organisé autour de trois étapes de formation chronologiques et incontournables : **Le Sauv'nage (ENF 1)**, **Le Pass'sports de l'eau (ENF 2)**, **Le Pass'compétition (ENF 3)**



Pour chaque étape, le livret « CAUDAN NATATION » de la nageuse ou du nageur est rempli et transmis au fur et à mesure de l'apprentissage, afin de voir les progrès pendant la saison de natation.

- **Le Sauv'nage (ENF 1) : Garantir la sécurité des pratiquants**

Une première étape qui permet d'acquérir des compétences minimales pour assurer sa propre sécurité dans l'eau. La validation globale du Sauv'nage est réalisé par l'éducateur lors d'un entrainement.



Sauv'nage Caudan Natation – progression des 5 anneaux olympique



L'école de natation ENF 1 2020-2021

- **Le Pass'sports de l'eau (ENF 2) : Découvrir les pratiques sportives et capitaliser les habiletés motrices**

Une seconde étape qui certifie l'acquisition d'habiletés motrices transversales à travers la pluridisciplinarité. Le passage et la validation global du Pass'sports de l'eau est réalisé lors du pass'sport de l'eau départemental par un évaluateur d'un autre club lorsque l'entraîneur considère la nageuse ou le nageur prêt.



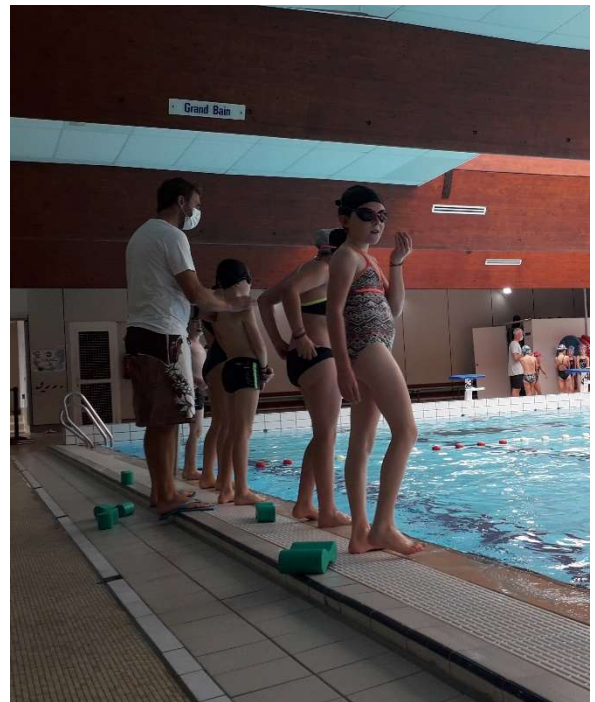
Ce Passeport appartient à :

Nom
 Prénom
 IUF
 Né(e) le

NATATION CAUDAN **Pass'sport de l'eau**

<input type="checkbox"/> Je fais une bombe <input type="checkbox"/> Je fais 3 impulsions verticales (parcours à sec) <input type="checkbox"/> Je fais une coulée ventrale <input type="checkbox"/> Je me déplace avec une planche en battement ventral <input type="checkbox"/> Je fais des godilles en position ventrale Validé le : _____ Par : _____	<input type="checkbox"/> Je fais un plongeon <input type="checkbox"/> Je saute dans l'eau <input type="checkbox"/> Je fais un virage culbute avec une coulée dorsale <input type="checkbox"/> Je nage en water polo <input type="checkbox"/> Je nage le crawl Validé le : _____ Par : _____
<input type="checkbox"/> J'entre dans l'eau par la tête <input type="checkbox"/> Je fais une rotation longitudinale 180° (parcours à sec) <input type="checkbox"/> Je fais une coulée dorsale <input type="checkbox"/> Je me déplace avec une planche en battement dorsal <input type="checkbox"/> Je fais des godilles en position dorsale Validé le : _____ Par : _____	<input type="checkbox"/> Je fais le dauphin (rotation arrière) <input type="checkbox"/> Je saute le plus haut possible dans l'eau <input type="checkbox"/> Je fais une rotation avant (parcours à sec) <input type="checkbox"/> Je nage 25 m en crawl <input type="checkbox"/> Je nage le dos Validé le : _____ Par : _____
<input type="checkbox"/> J'entre dans l'eau en faisant une rotation avant <input type="checkbox"/> Je reste en position verticale avec appui des mains <input type="checkbox"/> Je fais une rotation avant proche de la surface <input type="checkbox"/> Je nage le crawl bras tendu <input type="checkbox"/> Je fais un ballet leg Validé le : _____ Par : _____	

Pass'sport de l'eau Caudan Natation – progression des 5 anneaux olympique

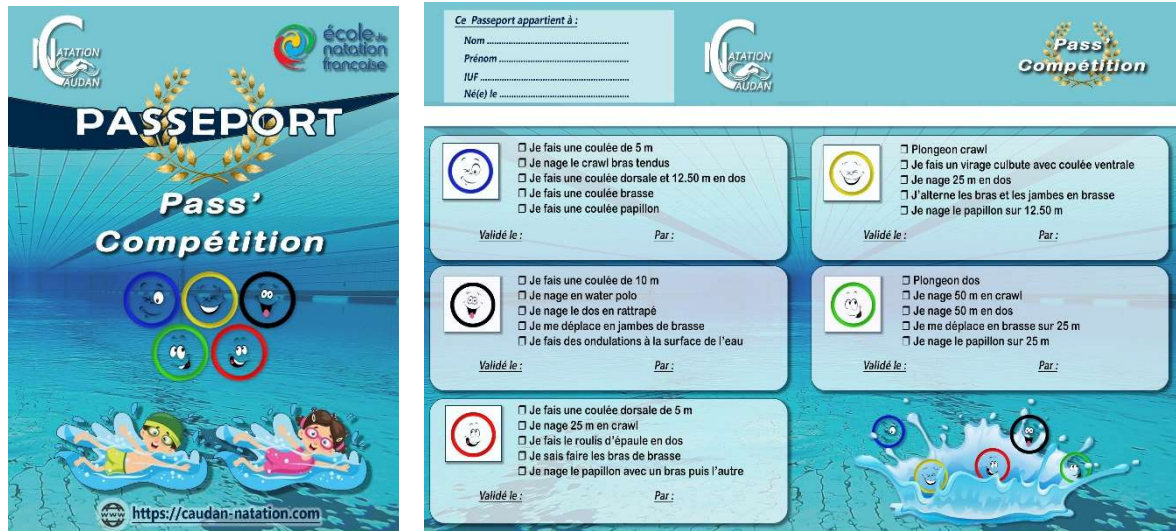


L'école de natation ENF 2 2020-2021

• **Le Pass'compétition (ENF 3) : Aller vers la compétition - apprentissage du 4 nages**

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

Le passage et la validation global du Pass'compétition est réalisée par un évaluateur d'un autre club lors des challenges avenir départemental lorsque l'entraîneur considère la nageuse ou nageur prêt.



Pass'compétition Caudan Natation – progression des 5 anneaux olympique



L'école de natation ENF 3 2020-2021

2) Adolescent : 12 à 18 ans

Les jeunes nageuses et nageurs, dit adolescent de 12 à 18 ans, ne sont généralement pas passés par l'école de natation. Ils s'entraînent tout au long de l'année et peuvent pratiquer la compétition en fonction de leur souhait et de leur évolution. Ils intègrent alors les différentes catégories de compétition en fonction de leur âge.



3) Nagez Forme Bien-être



Nagez Forme Bien-être regroupe toutes les activités aquatiques émergentes et de natation pour préserver son capital santé au service des personnes recherchant une activité de bien-être et de loisir.



Caudan Natation poursuit son activité Aquamix le jeudi à 19h30 et, suite aux nombreuses demandes lors du forum des associations, a créé cette saison 2020-2021 un créneau de natation pour adulte de perfectionnement et apprentissage,

5)Maîtres : natation adulte



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 maîtres, 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.

Vu la dynamique cette catégorie et le nombre croissant de licenciés une deuxième ligne le mercredi a été créé cette saison 2020-2021 afin que chacun nage à son rythme et continue à progresser.

B / LA COMPETITION :

1) Natation Course

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.



Chaque compétition 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.



Les catégories pour la saison 2020-2021 sont les suivantes :

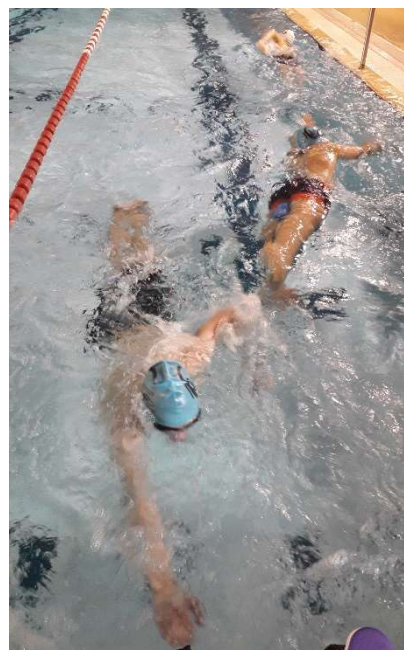
	SAISON 2020 - 2021 (du 16 septembre 2020 au 15 septembre 2021)			
	<i>Dames</i>		<i>Messieurs</i>	
<i>AVENIRS</i>	<i>10 ans et moins</i>	<i>2011 et après</i>	<i>11 ans et moins</i>	<i>2010 et après</i>
<i>JEUNES</i>	<i>11 - 13 ans</i>	<i>2010 - 2008</i>	<i>12 - 14 ans</i>	<i>2009 – 2007</i>
<i>JUNIORS</i>	<i>14 - 17 ans</i>	<i>2007 - 2004</i>	<i>15 - 18 ans</i>	<i>2006 – 2003</i>
<i>SENIORS</i>	<i>18 ans et plus</i>	<i>2003 et avant</i>	<i>19 ans et plus</i>	<i>2002 et avant</i>

Cette saison 2020-2021, le groupe avenir a été composé, toutes les catégories sont ainsi représentées.



Le groupe Avenir en stage à Noël avec quelques ENF 3

Les catégories Jeune et Junior s'entraînent trois fois par semaine. Pour les catégories Juniors, de la préparation physique générale dit PPG est réalisée avant les séances. Les compétiteurs de niveaux supérieurs (Région, interrégional...) participent au fur et à mesure de l'année à différentes compétitions où ils doivent se qualifier en réalisant les minimas escomptés aux compétitions supérieures.



Une séance d'entraînement



Les catégories Jeune et Junior

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



Tous les ans, le club constitue une équipe féminine et masculine afin de participer aux Interclub :



Equipe féminine aux Interclubs de Lorient le 10 novembre 2019

Les Maîtres :

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 quinze catégories d'âges, de C1 à C15.

<i>CATÉGORIES D'AGE POUR LES MAITRES Courses individuelles Dames et Messieurs</i>	
<i>C1 nés entre 1992 et 1996</i>	<i>C8 nés entre 1957 et 1961</i>
<i>C2 nés entre 1987 et 1991</i>	<i>C9 nés entre 1952 et 1957</i>
<i>C3 nés entre 1982 et 1986</i>	<i>C10 nés entre 1947 et 1951</i>
<i>C4 nés entre 1977 et 1981</i>	<i>C11 nés entre 1942 et 1946</i>
<i>C5 nés entre 1972 et 1976</i>	<i>C12 nés entre 1937 et 1941</i>
<i>C6 nés entre 1967 et 1971</i>	<i>C13 nés entre 1932 et 1937</i>
<i>C7 nés entre 1961 et 1965</i>	<i>C14 nés entre 1927 et 1931</i>
	<i>C 15 nés en 1926 et avant</i>
<i>Relais Dames, Messieurs et Mixte (Par addition d'âge des 4 relayeurs et/ou relayeuses)</i>	
<i>R1 entre 100 et 119 ans</i>	<i>R5 entre 240 et 279 ans</i>
<i>R2 entre 120 et 159 ans</i>	<i>R6 plus de 280 ans</i>
<i>R3 entre 160 et 199 ans</i>	<i>R7 entre 320 et 359 ans</i>
<i>R4 entre 200 et 239 ans</i>	<i>R8 360 ans et plus</i>

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 et internationaux sont organisés.



2) 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.

Chaque année Caudan NATATION participe à une épreuve d'eau Libre organisée par le comité du Morbihan de Natation comptant pour le championnat de Bretagne.





En 2020, avec le contexte sanitaire, CAUDAN NATATION a ouvert une section Eau Libre ouvert à tous et à de nouveaux adhérents. Au mois de juin et juillet, il a régulièrement réalisé des entrainements en mer pour permettre aux nageuses et nageurs d'accéder à des créneaux de nage.



7 / NOS 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



SERVIETTE
MICRO-FIBRE



SWEAT



T-SHIRT



POLO



PONCHO ENFANT



PONCHO ADULTE



VERRE REUTILISABLE

8 / 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 nouveau projet

COMMISSION JEUNE

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

Nous n'avons pas réussi pour l'instant à lancer cette commission avec nos jeunes en raison du contexte sanitaire. Cette rencontre entre jeune est désormais une priorité.

B/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, Céline GUILLEMOT, Christelle DURIF, Yves GARGADENNEC
Licence : Myriam LE PODER
Compétition/convocation : Myriam LE PODER, Céline GUILLEMOT
Stage/Créneaux : Christelle DURIF, Yves GARGADENNEC

Créée cette saison 2020-2021, avec notamment la mise en place d'une boîte mail spécifique commsportive.caudannatation@gmail.com afin d'organiser de mieux organiser les compétitions (Sélection des nageuses et nageurs pour les compétitions par les entraîneurs, Co-voiturage, officiels...).

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

COMMISSION COMMUNICATION	
Référent :	Céline GUILLEMOT
Membres :	Myriam LE PODER, Christelle DURIF, Céline GUILLEMOT, Yves GARGADENNEC
SITE INTERNET :	Céline GUILLEMOT
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, une newsletter et le site internet remis au goût du jour.

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.



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

COMMISSION TECHNIQUE	
Référent :	Yves GARGADENNEC
Membres :	Myriam LE PODER, Céline GUILLEMOT, Christelle DURIF, Yves GARGADENNEC, Frédéric PILLOT
Entraîneurs :	Léana LE GOUIC, Yann-Kévin LEMESLE, Erwan JACOB, Arnaud NICOLAS
Formation :	Yves GARGADENNEC
Officiel :	Frédéric PILLOT

Lancé lors de la fin de saison 2019-2020, elle nous a permis 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 à nos ambitions.

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, Isabelle PILLOT et Sabine LE CLINFF
Partenariat :	Guillaume BURBAN
Fournisseur :	Myriam LE PODER et Yves GARGADENNEC
Evènementiel :	Frédéric PILLOT



Malgré le contexte sanitaire, la dynamique au niveau de nos partenaires et de nos animations est bien lancée avec de nouveaux partenaires et des activités comme la sortie VTT, marche nordique et Paintball.



9 / LA FORMATION :

La formation est l'outil structurant de la Fédération Française de Natation et constitue une composante importante du plan de développement de tous les acteurs de la 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.

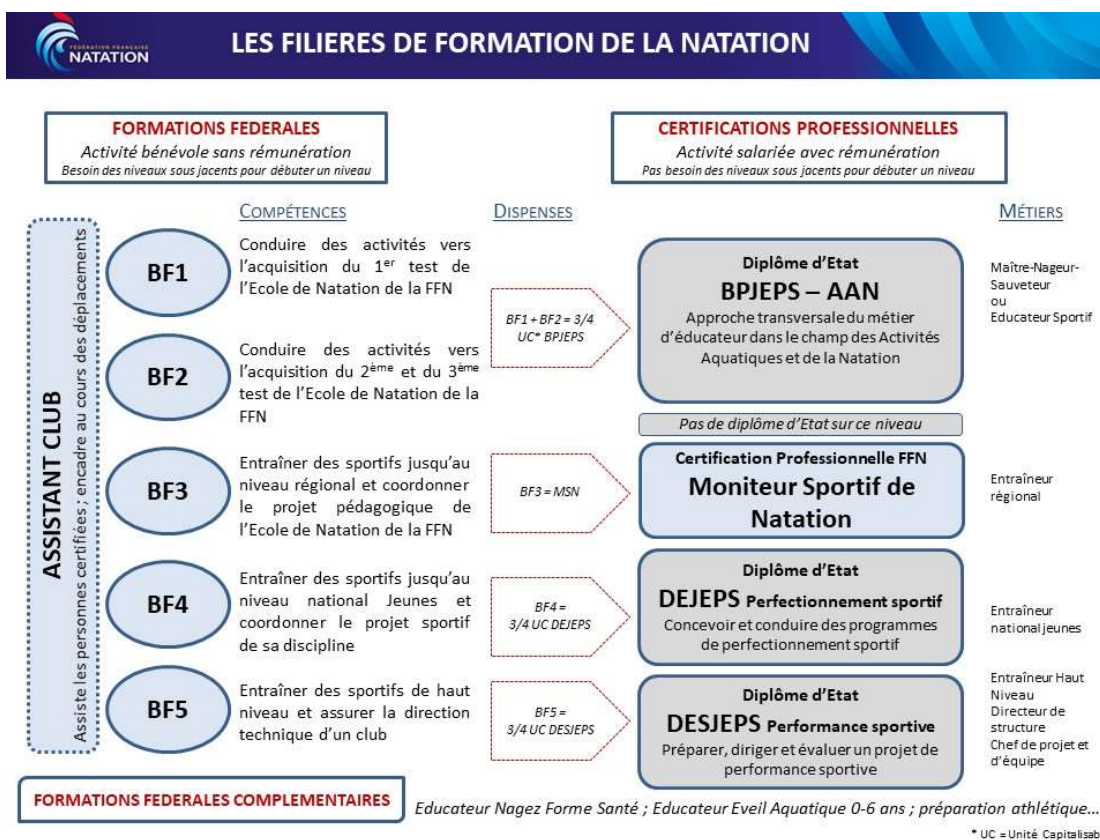
Il existe deux types de formations : Fédérale et d'Etat

❖ 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.

Le financement des formations

Selon votre statut (bénévole, salarié, demandeur d'emploi, sportif ...), plusieurs possibilités de financement des formations peuvent être mobilisées.

De son côté, le Club de Caudan Natation souhaite accompagner les licenciés nageuses et nageurs qui s'investissent dans le Club. Cette saison 2020-2021, le financement de la formation de quatre Brevet Fédéral de niveau 1 et d'un Brevet Fédéral de niveau 3 ont été confirmés en réunion de bureau. 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.

10 / NOS ANIMATIONS :

✓ Les vacances scolaires :



Pour les vacances de Toussaint/Février/Pâques, chaque catégorie a au moins une séance spécifique où les entraîneurs réalisent du travail complémentaire par rapport aux séances quotidiennes d'entraînement.

Cette saison 2020-2021, un stage exceptionnel à Noël a été réalisé suite à l'arrêt des activités du mois de novembre.



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





Cette saison avec le contexte sanitaire, la piscine étant fermée, nous avons proposé des activités à l'extérieures pour tous. Nous avons réalisé des séances à la plage avec des jeux ludiques sportifs, au niveau du terrain de boule avec des jeux de cohésion, des sorties VTT, marche nordique sur Caudan et du Paintball à Plouhinec.



✓ Nos actions institutionnelles :

Septembre : forum des associations de Caudan

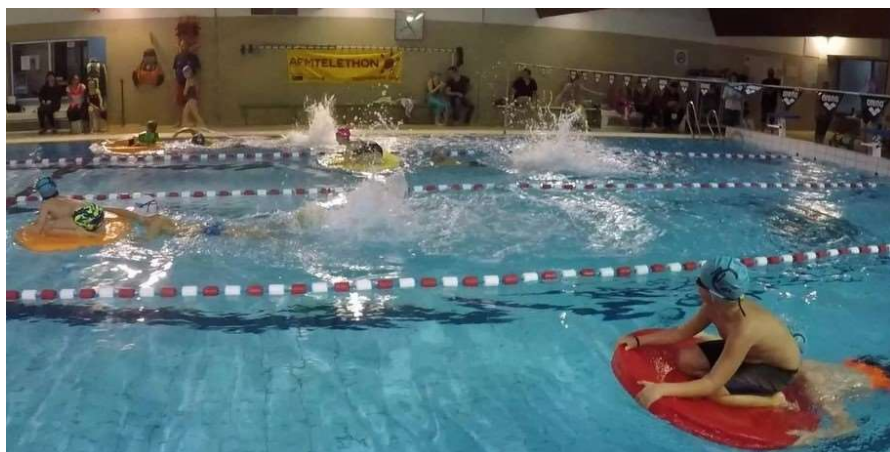


Octobre : assemblée générale



Décembre :

- Compétition pour le téléthon



si on nageait
avec
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 + 1 nageur (jeune ou adulte)
L'enfant se déplace en collaboration avec une planche le nageur sur le dos accompagne en tirant la planche
25 papillon D/M
50 dos D/M
Relais 2 x 25 m NL - mixte
Départ plongé 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 plongé pour le 1^{er} et 3^{em} relayeur - départ dans l'eau pour le 2^{em} et le 4^{em}
1^{er} et 2^{em} m. dos, 2^{em} et 3^{em} m. brasse, 2^{em} et 3^{em} m. papillon et 2^{em} et 3^{em} m. crawl
25 dos D/M
TRIO relais pirates - mixte
Un enfant moins de 8 ans + 2 nageurs (jeune ou adulte)
L'enfant est assis 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 3 au 6 décembre
contacter le responsable au <https://caudannatation.com> ou par téléphone au 02 97 41 15 40
ou 02 97 41 15 40
R.S. L'INSCRIPTION À LA COMPÉTITION :
à l'adresse des inscriptions ou directement
CONTACT : 06 70 55 61 71

- Tombola

TOMBOLA
NATATION POUR TOUS DE LOIRE ET DE COMPETITION

1er lot - Stand Up Paddle Gonflable 9 pieds
2ème lot - Drone avec caméra HD
3ème lot - Tablette HD 7" 16GO
4ème lot - Lecteur DVD portable
5ème lot - Enceinte connectée
6ème lot - Casque gaming avec micro led
7ème lot - Lecteur MP3 8GO
8ème lot - sac natation TYR
9ème lot - radio réveil étanche led
10 places de cinéma au CGR Lanester

Un lot surprise aux 3 meilleurs vendeurs

Groupama
la vraie vie s'assure ici

CINEMAS

écoles natation française

écoles natation française

Tirage vendredi 29 janvier 2021

- Paquets cadeaux chez Intersport



- Calendrier

Janvier :

- Galette des rois et tirage de la tombola



Février : Loto

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 (Kergoff) - CAUDAN -

4000 € de lots

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

et de nombreux paniers garnis

Loto perso :
 Carte cadeau 100€
 Carte cadeau 75€
 Carte cadeau 50€

TARIFS CARTES :
 3€ le carton
 8€ les 3 cartons
 15€ la plaque de 5 cartons + 1 Gratuit
 18€ la plaque de 8 cartons + 1 Gratuit
 20€ la plaque de 12 cartons + 1 Gratuit

Gâteaux-Sandwichs-Boissons SUR PLACE

Contact - caudan.natation@orange.fr

Avril : compétition familiale du club



Mai : Troc et Puces le 1^{er} mai

TROC & PUCES **Mercredi 1 Mai 2020**

CAUDAN
 Salle des fêtes de Kergoff
de 9h00 à 18h00
 Organisé par :

Entrée : 1€
 Gratuit pour -12 ans

Gâteaux Sandwichs Boissons SUR PLACE

CONTACT
 CAUDAN

Contacts :
 En journée jusqu'à 17h00 : 06.76.66.64.74
 En soirée après 17h00 : 06.09.34.10.70 ou 06.85.10.76.24
 Caudan Natation 20, rue Pierre et Marie CURIE - 56600 LANESTER

Ouvert aux professionnels et particuliers
 Places attribuées par ordre d'inscription

Juin : repas de fin de saison

11/ PARTENAIRE



CAUDAN NATATION

RECHERCHE DES PARTENAIRES

POURQUOI ?

- PERENNISER LE CLUB
- OFFRIR AUX NAGEUSES ET NAGEURS MATERIELS ET PRESTATION DE QUALITE
- RENFORCER IMAGE DYNAMIQUE DU CLUB.
- FAIRE CONNAITRE CAUDAN.

« On peut le faire, on doit le faire, on va le faire »



shutterstock.com • 191558187

Tout le monde est concerné : Nageurs, parents, entraîneurs, bénévoles...

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



En fonction de la prestation finalisée, les partenaires peuvent avoir les prestations suivantes :

- Visibilité sur le site internet
- Visibilité sur les tenues...
- Photos sur site de l'entreprise
- Pot des partenaires
- Visibilité sur les billets de tombola
- ...

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

Tout d'abord, la ville de Caudan pour le prêt de la piscine, des salles et leur accompagnement financier.



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



Les entreprises pour leurs sponsorings et lots :



❖ Carrefour Contact de CAUDAN



❖ Groupama à CAUDAN



❖ Intersport à Lanester



❖ Méga cgr



❖ Desjoyaux à Lanester



❖ Crédit Agricole

❖ Crédit Mutuel

❖ Endurance Shop



❖ Papa tacos

❖ Le petit délire à Ploemel

❖ Chez dame nature à Meslan

❖ Kingoland à Plumelin

❖ La recrée des 3 curés à Milizac

12 / PROJET 2021-2024 :

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 une charte de bonne conduite « Caudan Natation »

Quantitatif :

- 1 Fidéliser les licenciés
- 2 Capter de nouveaux pratiquants
- 3 Adapter les lignes/créneaux aquatiques en fonction du besoin

Nous aimerions à moyen terme arriver à 150 licenciés afin de pouvoir offrir une plus grande diversité d'entraînements et de séances et afin que l'équilibre financier du Club soit pérenne.

Le Jardin aquatique pour les 3 à 6 ans est, par exemple, un axe que nous souhaitons développer en fonction des demandes en lien avec l'évolution de la population caudanaise (nombreuses demandes pour les enfants 5-7 ans). Lors du forum le 5 septembre 2020, de nombreuses demandes ont eu lieu en début de saison, mais, nos créneaux étaient déjà complets avec une liste d'attente sur l'école de natation. Nous n'avons pas réussi à avoir de créneaux supplémentaires. Nous espérons pour la saison prochaine pouvoir organiser cette discipline.



Il s'adresse aux enfants âgés de 3 à 6 ans et à leurs parents.

Cette activité permet de :

- Développer l'autonomie aquatique du très jeune enfant au travers la découverte du milieu aquatique dans le respect de leurs capacités physiques et psychiques
- Développer la confiance en soi
- Créer une relation unique entre l'enfant et ses parents.

Dans le cas, où nous arrivons en coordination avec la mairie à lancer ce projet d'éveil aquatique, nous nous lancerons dans l'obtention de la labélisation FFN.



Le club de Caudan Natation souhaite rester un club de compétition avec des performances aussi bien féminines que masculines de bons niveaux. Nous souhaitons participer aux compétitions de niveau départemental, régional, inter-régional, en fonction des résultats des nageuses et nageurs.

C'est pourquoi, dans les prochaines années à venir, le club se structurant, nous pourrions prétendre au label FFN suivant :

Mention Compétition – Niveau Régional



La mention compétition – niveau régional vise à valoriser un club qui propose à ses licenciés des séances d'entraînements régulières et dont le niveau de performance leur permette d'accéder à des compétitions de niveau régional. Il s'agit d'une activité très répandue dans les clubs de la FFN.

Concernant la catégorie Maître, aujourd'hui pratiquée plus en loisir, le club souhaite développer la compétition en piscine et en eau libre.

Avec la continuité de l'Aquamix et le développement de la natation d'apprentissage et de perfectionnement, nous pourrions également prétendre au label FFN suivant :

Mention Santé – Nager Forme bien être



La mention Santé « option Nagez Forme Bien être » vise à valoriser un club engagé dans la prévention des pratiquants en proposant des activités aquatiques adaptées et qui respectent les consignes de sécurité et d'encadrement définies par la FFN.



Enfin, les Jeux Olympiques 2024 se déroulant à Paris, nous avons la volonté d'avoir comme fil rouge pour nos jeunes les épreuves sportives internationales.



Les épreuves auront lieu au Centre Aquatique Olympique de la Seine-Saint-Denis.



Nous pourrions commencer par les Jeux Olympiques de TOKYO, s'ils ont lieu vis-à-vis du contexte sanitaire et proposer, par exemple, des retransmissions des épreuves sur grand écran cet été.



ANNEXE : LES TEMPS ET RECORDS DU CLUB TOUTES CATEGORIES :

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

Femmes - Bassin de 50m

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

Hommes - Bassin de 25m

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

Hommes - Bassin de 50m

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

