

CR STAGE CD 19 23 87 JEUNES VACANCES DE TOUSSAINT



DATES : du jeudi 25 octobre 2018 **9H30** à la piscine de l'établissement de Léonard Limosin au vendredi 26 octobre 2018 **19H15** à la piscine de Limosin.

CATEGORIE D'AGE CONCERNEE : **JEUNES** : filles : de 2008 2007 2006 / garçons : de 2007 2006 2005

NOMBRE DE PARTICIPANT : 33 nageurs.

ENCADREMENT :

DUTHEIL Gaëlle Entraîneur CDEN
GUILLON Gaël entraîneur du CN Guéret
LARTIGAUD Mathias Entraîneur du CN Brive
RONGIER Anthony entraîneur

LIEU D'ENTRAINEMENT : piscine de Léonard Limosin rue des claires à LIMOGES.

HEBERGEMENT ET RESTAURATION : pension complète à CHEOPS 87.

TRANSPORT : CAR de la RRTHV.

PARTICIPATION FINANCIERE : 34 EUROS par personne.

PLANNING

	JEUDI 25/10	VENDREDI 26/10
MATIN 10H-12H	Entraînement piscine	Entraînement piscine
12H30-14H30	REPAS + TEMPS	CALME
14H30-16H	PPG EN GYMNASSE	ACTIVITES SPORTIVES EN PLEINE NATURE A CHEOPS
APRES MIDI 17H00 - 19H00	Entraînement piscine	Entraînement piscine
	REPAS 19H45	19H15 Fin de stage

Le jeudi matin 4 groupes de niveau ont été constitués à la suite d'un 400 NL chrono.
Chaque entraîneur a tourné sur les groupes à chaque entraînement (4 entraînements 4 entraîneurs).

Entraînement 1 et 2 : technique 4N alignement placement tête respiration.

Entraînement 3 aérobie.

Entraînement 4 sprints relais parcours australienne.

BILAN

Très bon comportement des enfants malgré quelques petits « bobos » et de grosses courbatures.
Attitude exemplaire à CHEOPS pour les temps de repas et de repos.

Liste des nageurs sélectionnés

FILLES

2008

COOPER Jocelyn	ASPTT L
SAUNIER Juliette	ASPTT L
COMBROUZE Melissa	ASPTT L
BOSCHE Keylian	CN Brive
MENDES Cassie	CN Brive

2007

CARLES Julie	ASPTT LIMOGES
COYRAL Hortense	ASPTT LIMOGES
GIRY Camille	ASPTT LIMOGES
HEYMANS Anouk	CN Brive
JEANDEAUD Olivia	CAPO CSL RVI L
MORONI Héloïse	CN Brive
PLAINO Anna	CN Brive

2006

BEAUDOU Estrella	CAPO CSL RVI L
DA SILVA Ninon	ASPTT LIMOGES
DEMATHIEU Katel	ASPTT LIMOGES
GERARDIN-DESPLAT Lou	ASPTT LIMOGES
LECOEUR Charlotte	CAPO CSL RVI L
TECHEL Louise	ASPTT LIMOGES
ZEGGWAGH Massilya	CAPO CSL RVI L

GARCONS

2007

BARTHELEMY Victor	CN GUÉRET
DARDILHAC Valentin	ASSJ

2006

BERNARD Antoine	DA
CHAVANT Antoine	CN GUÉRET
LAMERANT Clement	CN Tulle
MONTHIEUX Samuel	CN GUÉRET

2005

ANDRIANARISATA Tsiky	ASPTT L
ARTIGUE Enzo	CN GUÉRET
AUBLE Noa	ASPTT L
BONARD Thieffaine	CN Brive
DUBREUIL Matéo	ASPTT L
GUILBERT Jules	ASPTT L
MARRELEC Paulin	ASPTT L
PECOMBELLE Baptiste	ASPTT L

REMERCIEMENTS :

Merci aux collègues entraîneurs présents pour l'encadrement de ce stage.

Merci aux parents des nageurs ayant participé.

Merci aux nageurs pour leur motivation et leur investissement lors de ce stage.

Merci à Mathieu BOULESTEIX pour son travail et aux 3 Comités départementaux d'avoir accepté de réaliser ce stage et d'avoir participé financièrement pour que le coût par nageur soit réduit.