

LA GAZETTE DU NAUTIC CLUB

Octobre 2013

Bienvenue à toutes et à tous ! Nous sommes fiers de pouvoir compter à ce jour 243 membres et essayons d'établir un lien entre tous déjà par nos entraîneurs, la Présidente mais aussi par notre site et la Gazette. Nous sommes ouverts à toutes suggestions, critiques ou photos à rajouter, n'hésitez pas !



Cette photo est juste pour vous consoler si parfois on se sent un peu à l'étroit dans les lignes. Comme vous pouvez le constater : il n'y a vraiment pas de quoi se plaindre de notre piscine...

L'entraînement a déjà pris son train-train, les parents ont remis leur casquette de chauffeur et voilà que les premières compétitions pointent leur nez. Voici quelques précisions pour les nouveaux qui n'ont pas encore goûté au plaisir de la compétition :

Nos entraîneurs vous ont transmis un mail avec le calendrier pour que vous puissiez vous organiser. Vous pouvez également le consulter sur notre site. En général on vous avertit suffisamment à l'avance pour vous laisser le temps de répondre, ensuite la présidente engage les nageurs pour chaque nage et paie en conséquence. Concernant les parents arbitres, manifestez-vous s.v.p. également à ce moment-là, ce qui permettra d'alterner l'arbitrage et d'éviter les pénalisations.

Sauf indication contraire, les horaires sont 8h du matin pour le début, et 14h pour la reprise de l'après-midi. Etant donné que l'on n'a pas le droit de manger au bord du bassin et que la piscine reste fermée entre 12h et 14h, il faut s'organiser. Il y a souvent moyen de pique-niquer aux alentours ou de trouver un restaurant (genre Flunch ou autre) pas trop loin.

Comme on forme une grande équipe et que l'on aime bien encourager les nageurs, pensez à emmener le bonnet du club et le tee-shirt sur lequel les médailles vont briller !

Un petit appel aussi aux parents qui font souvent de belles photos de leurs petits : si vous voulez les faire partager, transmettez-les-nous, on en mettra dans la Gazette et sur un lien du site. Les enfants seront sûrement fiers de s'y retrouver !

la première compétition :

Dimanche, 13 octobre à Cavaillon (benjamins et +)

Il s'agissait d'une sorte d'étalonnage pour le groupe des minimes et +. Le programme pour l'entraîneur était simple 50, 100, 200 et 400m Nage Libre afin d'avoir les temps de référence du début de saison et de voir le comportement des nageurs tout au long de la compétition.

Selon les quelques impressions récoltées à chaud, c'est évident qu'il était difficile « d'exploser » son record de l'année dernière tout au début de saison. Donc pas mal de déception, de « bof » mais surtout l'envie de faire mieux la prochaine fois ! Mais pour l'entraîneur, les nageurs se sont bien donnés et ont fait de bons résultats, compte tenu du peu d'entraînements qu'ils ont eu pour préparer cette première compétition.

Vous retrouverez tous les résultats sur le site du Comité Départemental : cdnatation84.fr

A venir :

- 1er plot des benjamins le dimanche 20 octobre au Pontet**
- Les Interclubs Toutes Catégories (par équipe) le 10 novembre à Apt**

Si non il y aura le **stage des vacances, pour les groupes compétition, comme vous avez été informés par les entraîneurs. Donc pour les benjamins le lundi, mardi, jeudi et vendredi de la 1ère semaine de 9h30 à 11h et le soir aux horaires habituels. Les minimes et plus commenceront à 9h et auront l'entraînement du soir habituel. La 2ème semaine il n'y aura que lundi et mardi (**le jeudi 31/10 a été annulé par la chef de bassin le 15/10 car la SDEI procédera à des coupures**).**

Concernant les groupes loisir aussi bien l'Ecole de Natation (à l'exception des nageurs sélectionnés par Priscillia pour préparer les tests ENF), les ados que les adultes, c'est opération « je nage ailleurs ». Désolé, la piscine est ouverte mais le club n'a pas de créneaux prévus pendant les vacances scolaires pour les groupes loisir.

Sans rancune, nous nous retrouverons tous le 4 novembre motivés à bloc.

Sportivement
La rédaction