

ECOLE DE NATATION SYNCHRONISEE POUR LA SAISON 2018-2019

| Petite Sirène | | | Sirène | | | Naïade | | |
|---|---|-------------|---|---|-------------|---|---|-------------|
| <u>Années</u> | 2012 et avant | | <u>Années</u> | 2012 et avant | | <u>Années</u> | 2012 et avant | |
| <u>Niveau d'entrée</u> | Saut, déplacement ventral S'allonger sur le dos | | <u>Niveau d'entrée</u> | Brasse (15m), Battements sur le dos Mettre la tête dans l'eau | | <u>Niveau d'entrée</u> | Sauv'Nage | |
| <u>Objectifs</u> | Apprendre ou perfectionner la brasse Initiation nat synchro Présenter un ballet au gala | | <u>Objectifs</u> | Valider le Sauv'nage Initiation nat synchro Présenter un ballet au gala | | <u>Objectifs</u> | Valider le pass'sport Initiation nat synchro Présenter un ballet au gala | |
| <u>Entraînements</u> | Lundi 17h30 - 18h45 + 1 entraînement pour les tests obligatoires ENF (Ecole de Natation Française) | | <u>Entraînements</u> | Lundi 17h30 - 18h45 + 1 entraînement pour les tests obligatoires ENF (Ecole de Natation Française) | | <u>Entraînements</u> | Lundi 17h30 - 18h45 + 1 entraînement pour les tests obligatoires ENF (Ecole de Natation Française) | |
| 3 | | | 7 | | | 13 | | |
| <i>Entraînement ENF avec le groupe Dauphin Mercredi 12h00 - 13h00 ou Samedi 13h45 - 14h30</i> | | | <i>Entraînement ENF avec le groupe Sauv'Nage Samedi 12h00 - 13h00</i> | | | <i>Entraînement ENF avec le groupe Pass'Sports Mercredi 13h00-14h00</i> | | |
| BARRE | Maé-Li | 2010 | BESSON | Anna | 2009 | AGNELOT | Jade | 2011 |
| GUILLEM | Manon | 2010 | BOURI DUVAUDIE | Aïlee-Lou | 2007 | ARTAUD DUPRE | Marine | 2012 |
| PECH | Anne | 2012 | CAILLAUT-SENET | Constance | 2011 | BOUIZEGARENE | Sirine | 2008 |
| | | | MAGNOL | Louna Charlotte | 2007 | CASTEL | Elza | 2007 |
| | | | NORMAND | Violette | 2009 | GERBAULT | Zélie | 2009 |
| | | | SEDONATI | Alissa | 2011 | HU | Orlane | 2007 |
| | | | SEDONATI | Elena | 2009 | LE VERN | Hermine | 2011 |
| | | | | | | LEMAITRE | Claire | 2008 |
| | | | | | | LINARD | Emma | 2009 |
| | | | | | | MARTIN | Léonie | 2010 |
| | | | | | | RIC | Inès | 2008 |
| | | | | | | ROYERE | Mélyna | 2008 |
| | | | | | | SENGOUGA | Paloma | 2008 |
| | | | | | | | | |

ENS à tester
ENS à placer

LOUIS AGUANNO Lana, RENAUD Jade
TAHA Inès