

NATATION COURSE POUR LA SAISON 2025-2026

Organisation provisoire

ESPOIRS			
Ligne 1-2			
<u>Année</u>	2015 - 2011		
	4 Nages		
<u>Niveau d'entrée</u>	100 dos, 100 crawl et 50 pap bien nagé		
<u>Objectifs</u>	Circuit Avenirs ou Jeunes Interclubs TC, avenir, jeunes Savoir nager un 800 et être régulier avec virages et coulées		
<u>Entraînements</u>	Mardi	18h45 - 20h30	
	Jeudi	18h45 - 20h30	
	Vendredi	18h45 - 20h30	
<u>Licence</u>	Compétition		
	13		
Les avenir et Benjamins			
<i>jusqu'au 31/12 : 2013 et après</i>			
Avenirs			
<i>après 31/12 : 2012015</i>			
ACHAIBOU	Sonia	2015	x
FOLTIER	Louane	2015	x
IRIH	Marwa	2015	x
Avenirs > Benjamins			
<i>Avenirs jusqu'au 31/12/2025 > Benjamins 1 à partir 2026</i>			
THOME	Soane	2014	
TOUSSAINT	Pauline	2014	x
FERNANDES	Lena	2014	x
Benjamins			
<i>2025-2026</i>			
FALQUET	Cléa	2013	x
PINTARELLI	Louise	2013	x
Benjamins			
<i>Benjamins jusqu'au 31/12/2025</i>			
RIDET	Gabin	2012	x
DENGLOS	Leila	2012	x
Juniors			
<i>jusqu'au 31/12 : 2011</i>			
JAIGU	Angéline	2011	x
LE VERN	Hermine	2011	x
LUCAS	Loïa	2011	x

COMPETITIONS			
Ligne 3			
<u>Année</u>	2012 et avant		
	4 Nages		
<u>Niveau d'entrée</u>	Savoir nager un 800 et être régulier avec virages et coulées		
<u>Objectifs</u>	Circuit Jeunes Interclubs TC et jeunes		
<u>Entraînements</u>	Lundi	18h45 - 20h00	
	Mardi	18h45 - 20h30	
	Jeudi	18h45 - 20h30	
	Vendredi	18h45 - 20h30	
<u>Licence</u>	Compétition		
	6		
Les benjamins > Juniors			
<i>jusqu'au 31/12 : 2013-2012</i>			
Les benjamins 1			
<i>jusqu'au 31/12 : (Lundi 18h45-20h30) + 3 entrainement Espoirs</i>			
ACHAIBOU	Hakim	2013	x
BOCCA	Mahé	2013	x
Benjamins 2			
<i>jusqu'au 31/12 : 2012</i>			
FERNANDES	Diego	2012	x
IRIH	Rania	2012	x
Juniors 1			
<i>jusqu'au 31/12 : 2011</i>			
REYNES PERISSERE	Léopold	2011	x
BOCCA	Elyne	2011	x
Juniors 3			
<i>jusqu'au 31/12 : 2010</i>			

COMPETITIONS			
Ligne 4			
<u>Année</u>	2009 et avant		
	4 Nages		
<u>Niveau d'entrée</u>	Niveau régional		
<u>Objectifs</u>	Circuit de Compétitions Interclubs TC Maintenir le niveau régional Qualification N3, N2, voire +		
<u>Entraînements</u>	Lundi	18h45 - 20h30	
	Mardi	18h45 - 20h30	
	Mercredi	16h00 - 18h00	
	Jeudi	18h45 - 20h30	
	Vendredi	18h30 - 20h30	
<u>Licence</u>	Compétition		
	15		
Les juniors > séniors			
<i>jusqu'au 31/12 : 2011 et avant</i>			
CHOLLET	Alicia	2008	x
DELETOILE	Charline	2011	x
DELETOILE	Pauline	2011	x
MARDELLE	Charlotte	2011	x
BELRADJAA	Naël	2010	x
HOFSDEDE	Benjamin	2010	x
LEROY	Emilie	2010	x
PACE	Maly	2009	x
ROUX	Louis	2001	x
UNIVERSITAIRES			
LOPES ARRIAT	Lény	2005	
MALLET-RAMOS	Antoine	2007	x
CHOLLET	Maelle	2005	
LAMELOT	Vérène	1997	
LEBOEUF	Martin	2004	
PACE	Tahina	2005	
PAYEN	Noémie	2003	x
PAYEN	Margot	2006	x

Lors des entraînements en commun pour ces groupes, les éducateurs décident de la répartition dans les lignes

L'entraînement commence un quart d'heure avant l'entrée dans l'eau pour préparer le matériel et effectuer l'échauffement à sec.