CLUB DES NAGEURS DE BRIVE

TEAM CNB

TEAM CNB

INFORMATIONS PRÉALABLES À L'INSCRIPTION

NAGER EN COMPÉTITION SELON SON NIVEAU

DESTINATION PERFORMANCE

Mathias LARTIGAUD
Directeur technique

Notre objectif est de mettre chauqe nageur dans les conditions de réussite de son projet. C'est pour ça que son engagement et son implication restent à mon sens un aspect primordial dans la construction de la performance.

L'accès à un groupe de compétiteurs est un engagement de sportif. Les compétitions, l'entraînement régulier, en sont les fondations minimums et obligatoires.

Par l'adhésion à un projet commun, les entraîneurs, les parents et les nageurs créent une dynamique vers la performance sportive.

C'est également pour optimiser ces conditions que nous mettons en place pour la saison 24/25 un fonctionnement rigoureux qui vous est résumé ci-après.

Un engagement personnel est donc demandé à tous, dès la saison prochaine.

C'est est préalable à toute inscription sur un groupe compétition et il sera impossible d'y déroger.

L'inscription au Team CNB vaut pour accord du fonctionnement général présenté dans le règlement de la section et dont les grandes lignes sont présentées ici.

LES ENTRAÎNEMENTS

“SELON LES OBJECTIFS DÉFINIS ENTRE LE NAGEUR ET L’ENTRAÎNEUR EN DÉBUT DE SAISON, LE NAGEUR S’ENGAGE À RESPECTER LES HORAIRES ET LE VOLUME FIXÉS PAR L’ENTRAÎNEUR POUR LES ENTRAÎNEMENTS, LES STAGES ET COMPÉTITIONS.”

Extrait du règlement

Groupe Formation (<12ans)

- ***Niveau de pratique :*** *Echelon local (19/23/46/87)*
- ***Objectif sportif :*** *Formation l’entraînement et à la compétition,* ***2 à 4 séances.***
- ***Objectif compétitif :*** *Championnats 19/23/87*

Groupe Espoirs (12/13ans)

- ***Niveau de pratique :*** *Echelon local (19/23/46/87) à National*
- ***Objectif sportif :*** *Formation à la compétition, vers la pratique régionale,* ***3 à 5 séances.***
- ***Objectif compétitif :*** *Championnats Nouvelle-Aquitaine à Championnats de France Benjamins*
- ***Possibilité de sélection :*** *Equipe Corrèze à Equipe Nouvelle-Aquitaine*

Groupe Départemental (>14ans)

- ***Niveau de pratique :*** *Echelon local (19/23/46/87)*
- ***Objectif sportif :*** *Entraînement à la compétition, au niveau départemental, vers la pratique régionale,* ***3 à 4 séances.***
- ***Objectif compétitif :*** *Championnats 19/23/87*
- ***Possibilité de sélection :*** *Equipe Corrèze à Equipe Nouvelle-Aquitaine*

Groupe A’ (>14ans)

- ***Niveau de pratique :*** *Echelon local (19/23/46/87) à régional*
- ***Objectif sportif :*** *Entraînement à la compétition, au niveau régional,* ***4 à 8 séances.***
- ***Objectif compétitif :*** *Championnats Nouvelle-Aquitaine*
- ***Possibilité de sélection :*** *Equipe Corrèze à Equipe Nouvelle-Aquitaine*

Groupe A (>14ans)

- ***Niveau de pratique :*** *Echelon local (19/23/46/87) à national*
- ***Objectif sportif :*** *Entraînement à la compétition, vers le niveau national,* ***8 à 14 séances.***
- ***Objectif compétitif :*** *Championnats de France*
- ***Possibilité de sélection :*** *Equipe Corrèze à Equipe Nouvelle-Aquitaine, voir équipe de France.*

ENTRAINEMENTS ET STAGES
POINT REGLEMENTAIRE

ENTRAÎNEMENTS

Les objectifs sont fixés par l'entraîneur en charge et en accord avec le directeur technique. Certaines adaptations d'entraînements en fonction des impératifs scolaires peuvent être décidés au cas par cas. En tout état de cause, les nageurs devront se conformer au programme défini par l'entraîneur. Dans le cas contraire, ils seront exclus des groupes compétitions, ou rétrogradés.

De plus, comme défini dans le règlement, deux absences injustifiés par mois entraînent également une rétrogradation temporaire ou définitive du nageur de son groupe, voir de la section compétition Team CNB.

STAGES

Durant les vacances scolaires, des stages seront organisés pour les nageurs, après proposition de l'entraîneur et du directeur technique. En cas de stage payant, seuls les nageurs ayant réglé les frais demandés seront admis à y participer.

Les stages sont une des pierre angulaire de l'entraînement. Ils sont donc obligatoires. Le nombre de jours et le nombre d'entraînements est adapté en fonction des groupes et du temps de nage habituel.

Les stages hors Brive se font uniquement sur sélection en fonction de critères sportifs, d'assiduité et selon les capacités à tenir une charge d'entraînement élevée.

Les nageurs non-sélectionnés nageront obligatoirement sur Brive.

LES COMPÉTITIONS

LE NAGEUR ET LES PARENTS S'ENGAGENT À PARTICIPER AUX COMPÉTITIONS DÉFINIES ANNUELLEMENT POUR CHAQUE GROUPE, AINSI QUE CELLES POUR LESQUELLES IL EST QUALIFIÉ OU SÉLECTIONNÉ, ET AUX COMPÉTITIONS PAR ÉQUIPE.

Extrait du règlement

Groupe Formation

Compétitions obligatoires :

- *Lim'Espoirs (4x 1/2 journée au moins)*
- *Interclubs Avenirs et/ou Benjamins (1/2 journée ou journée)*
- *Interclubs toutes catégories (journée)*
- *Championnats 19/23/87 hiver et été (1 à 2 jours)*
- *Meetings hors 19/23/87 (2 jours)*

Groupe Espoirs

Compétitions minimales obligatoires :

- *Interclubs Avenirs et Benjamins (1/2 journée ou journée)*
- *Interclubs toutes catégories (journée)*
- *Championnats 19/23/87 hiver et été (2 jours)*
- *Championnats LNA Benjamins hiver et été (si qualifié)*
- *Championnats de France Benjamins (si qualifié)*
- *Meetings locaux (19/23/87)*
- *Meeting hors 19/23/87 (2 jours)*

Groupe Départemental

Compétitions minimales obligatoires :

- *Interclubs Benjamins (1/2 journée ou journée)*
- *Interclubs toutes catégories (journée)*
- *Championnats 19/23/87 hiver et été (1 à 2 jours)*
- *Meetings locaux (19/23/87)*

Groupe A'

Compétitions minimales obligatoires :

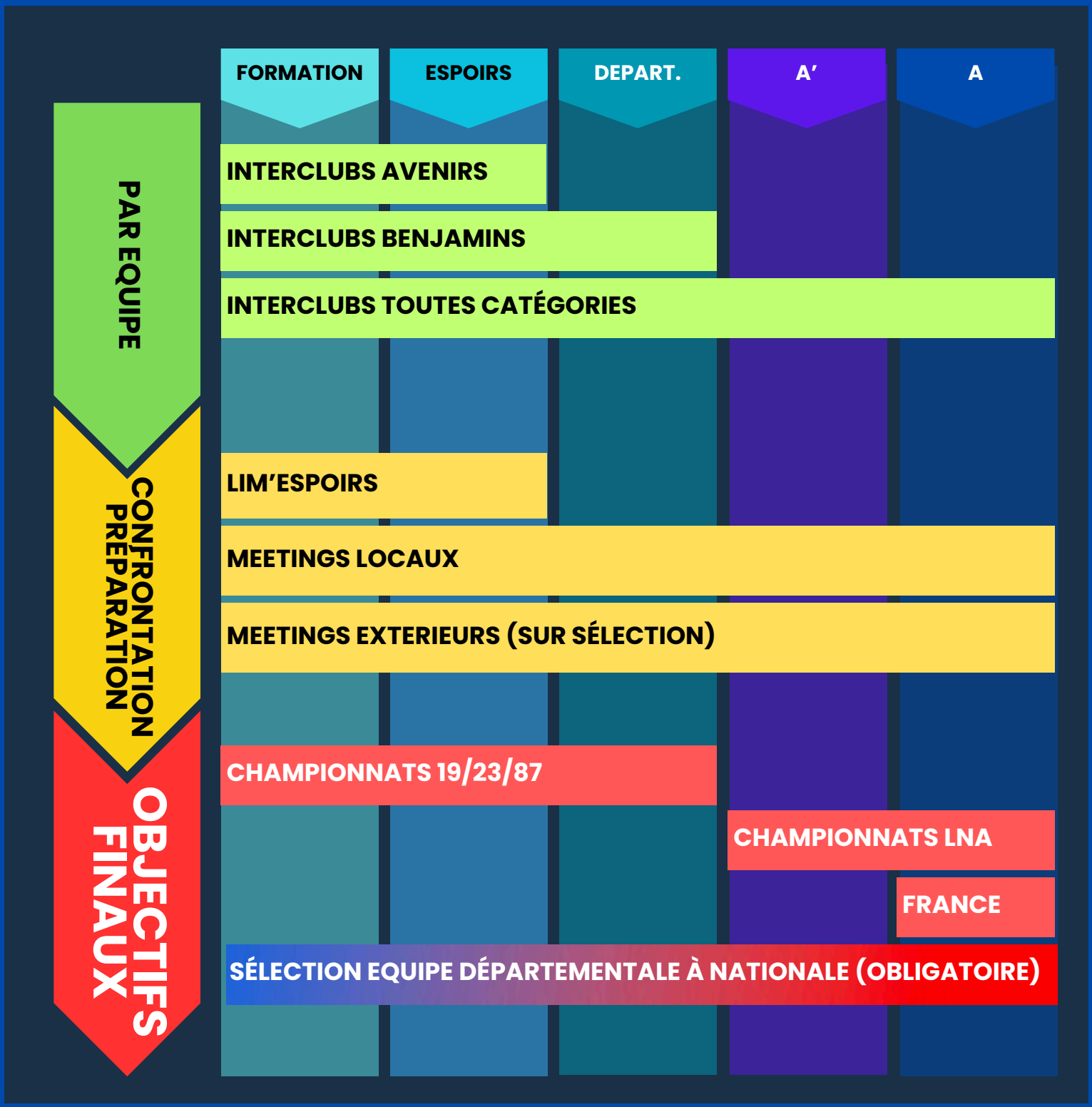
- *Interclubs toutes catégories (journée)*
- *Championnats 19/23/87 hiver et été (1 à 2 jours)*
- *Championnats LNA Juniors hiver/printemps/été (si qualifié)*
- *Meetings locaux (19/23/87)*
- *Meetings hors 19/23/87 (2 jours)*

Groupe A

Compétitions minimales obligatoires :

- *Interclubs toutes catégories (journée)*
- *Championnats 19/23/87 hiver et été (1 à 2 jours)*
- *Championnats LNA Juniors hiver/printemps/été (si qualifié)*
- *Championnats de France juniors à Elite (si qualifié)*
- *Meetings locaux (19/23/87)*
- *Meetings LNA et/ou fédéraux*

TYPES DE COMPÉTITIONS



3 types de compétitions :

Par équipe :

nager en équipe, gagner en équipe

Confrontation/Préparation :

apprendre à se confronter,
jauger le niveau, prendre des repères, prendre de la confiance
se préparer aux objectifs

Objectifs finaux :

Se mesurer aux autres, être performant