

SELECTION
NATATION COURSE

Selection Ile de la Reunion Nageurs juniors/seniors

Responsable/Coordonnateur : Mathias (DSL)

-Groupe sprint

Responsable Antoine (ASEC) = Garçons

Responsable Marjorie (CNPO)= filles

-Groupe demi fond et 4N

Responsable Julien (CNPO) = Garçons

Responsable Christelle (CNSJ)= Filles

+ participation des entraineurs des nageurs sélectionnés (Fred LJM, Gregoire CNSP, Jovani ACE, Gregory NSDR, Cedric MOUFIA) et de tous les autres entraineurs des clubs qui souhaitent participer aux regroupements

Critères de sélections

- Nageurs et nageuses appartenant aux catégories juniors et seniors ayant réalisés sur la saison 2016-2107 en bassin de 50m un ou plusieurs temps nationaux (N1/critérium national/promotionnel) lors des compétitions qualificatives aux France.

LISTE JUNIORS SENIORS

NAGEURS NATIONAUX

Garçons (18)

ARNAUD Antonin ASEC (Br-4N sprint)

BACHMANN Simon CNPO (P-4N ½ fond)

BEGUE Lucas ASEC (NL sprint)

BENARD Baptiste LJJ (P-NL sprint)

BOUCHER Millian ASEC (Br-Sprint)

BOUHET Nicolas LJJ (P-Sprint)

DELMOTTE Damien LJJ (NL-D-P-4N Sprint)

DENAMIEL Mathias MOUFIA (P sprint)

DONZ Nicolas MOUFIA (P-sprint)

JEANNE ROSE Hugo ASEC (Br-4N Sprint 1/2fond)

M'COUEZOU MOUFIA (NL sprint)

MONIER Aymerick CNSP (D-NL-P Sprint)

MOREL Antoine DSL (NL-4N ½ fond)

PAYET Loic ASEC (NL-P Sprint)

ROBERT Gregory ACE (NL-Sprint)

SOUIDI Naim ASEC (P-Sprint)

TARCILE Quentin ASEC (D-P Sprint)

TRINEZ Corentin LJJ (NL-D-P Sprint ½ fond)

Filles (6)

BORDES Amelie ASEC (BR-NL Sprint)

DIJOU Manon CNSJ (NL-4N- Sprint ½ fond)

MOREL Emma DSL (P-D-NL Sprint)

ROBERT Pearl LNJ (NL sprint)

TUAILLON Chloé ASEC (NL-D Sprint)

TURPIN Clementine NSDR (P Sprint)

Cette liste pourra évoluer en fonction des nouveaux qualifiés lors des compétitions (50m) régionales qualificative aux France.

Programme

15h : accueil des nageurs et entraîneurs

15h30-16h : Présentation du projet aux nageurs et aux entraîneurs

16h-16h30 : préparation physique générale (travail à sec)

16h30-18h15 : entraînement (thème de la séance : virages, départs, coulées, vitesse)

18h15-18h30 : retour sur la séance