



PAYS D'AIX
NATATION

SECTION
NATATION
COURSE

GROUPE JUNIORS **Catégorie Juniors** **SAISON 2020 - 2021**

ENTRAINEURS: Lionel MOREAU et Nicolas DUPRE

Nombre de séances disponibles : 4

Nombre de séances obligatoires : 3

CATÉGORIE : Filles 2007 et Garçons 2006 et avant, jusqu'à la Terminale

ENGAGEMENTS : être de niveau régional ou départemental et respecter le nombre d'entraînements obligatoires. Si non respect des présences, de la participation aux compétitions, de l'investissement à l'entraînement, le nageur pourra être dirigé vers un groupe loisirs.

OBJECTIFS : se qualifier et participer aux Championnats Régionaux, participer aux différentes compétitions départementales et aux Interclubs.

COMPÉTITIONS: sur décision de l'entraîneur.

TENUE : short, teeshirt et bonnet du club sont obligatoires pour les compétitions

VACANCES SCOLAIRES : entraînements conseillés

MATÉRIEL OBLIGATOIRE : 1 planche – 1 pull-boy – 1 élastique – 1 paire de palmes – 1 tuba frontal – 1 paire de plaquettes – 1 gourde – chaussure de sport, short et t-shirt.

POUR TOUTES ABSENCES : merci de prévenir les entraîneurs en avance.

ENTRAINEMENTS

LUNDI	Natation	20h – 21h30	PYB
MERCREDI	PPG	17h15 – 18h	VEN
	Natation	18h – 20h	VEN
VENDREDI	PPG	17h30 – 18h	VEN
	Natation	18h – 19h30	VEN
SAMEDI	Natation	8h – 9h30	VEN

