



Sélection Avenirs du Comité départemental de natation Rhône-Métropole de Lyon

1. Mode de Sélection :

Cette Sélection est réservée aux nageurs (ses) de la catégorie Avenirs (filles et garçons 11 ans et moins, né(e)s en 2014 et après :

La sélection sera faite à partir des nageurs apparaissant au Ranking départemental du 100m 4 Nages, sur la saison en cours (depuis septembre 2024). Les 10 meilleures filles Avenirs et les 10 meilleures garçons Avenirs formeront la Sélection de 16 nageurs et 4 remplaçants.

Les performances seront prises en compte jusqu'au Natathlon Avenirs n°2, le dimanche 20 avril 2025.

La liste des sélectionnés sera publiée à la suite. Nous demandons aux clubs et aux entraîneurs de nous faire **un retour avant le lundi 10 mai 2025**, de la participation ou non des nageurs, afin d'éventuellement repêcher des nageurs pour compléter les équipes.

2. Regroupement :

Un premier regroupement sera organisé **le dimanche 9 mars 2025**. Il s'agira d'un regroupement élargi comprenant l'ensemble des nageurs filles et garçons qui ont réalisé une performance au 100m 4 Nages inférieure à 1 minute 50 secondes.

Nous organiserons un après-midi durant laquelle nous effectuerons un entraînement dans l'eau ainsi que des activités de cohésion.

L'objectif de ce premier regroupement est de commencer à créer un début de cohésion entre les nageurs et de permettre aux entraîneurs de la sélection de voir les nageurs en situation avec de former les meilleures compositions d'équipes pour la sélection finale.

Prévoir une tenue de sport adaptée, son matériel d'entraînement.

Lieu et Horaires à confirmer

3. La Coupe Catherine Plewinski :

La compétition aura lieu les 23 et 24 mai 2025, à Issoire.

Nous donnerons rendez-vous aux sélectionnés dès **le vendredi 22 mai 2025**, la compétition suivra sur **le samedi 23 (après-midi) et le dimanche 24 mai (matin)**, à Issoire. Nous garderons ainsi les nageurs sur le weekend complet

L'objectif de la journée de vendredi est de permettre de créer une cohésion de groupe au sein de la sélection. Nous organiserons un entraînement le matin et une activité sur l'après-midi du vendredi, afin de favoriser les échanges entre les nageurs. Un entraînement avant la compétition aura lieu le



samedi matin. Les entrainements seront ludiques et permettront aux nageurs de se connaître les uns les autres, ainsi que travailler les relais.

Lieu et Horaires de rendez-vous à confirmer

Prévoir une tenue de sport adaptée, son matériel d'entraînement, et suffisamment de maillots de bain et de serviettes pour le weekend.

A la fin du weekend, les parents pourront récupérer les enfants à **Lieu et Horaires à confirmer**.

Il s'agit d'une compétition par équipe Mixte de 8 nageurs : 4 Filles et 4 Garçons. Le Comité formera 2 équipes.

Chaque nageur (se) participera à 2 épreuves individuelles (un 100m parmi 100m Papillon, 100m Dos, 100m Brasse, 100m Nage Libre et le 100m 4 Nages pour tous) et à 2 relais (4x50 4N Mixte et 8x50m Nage Libre). Une nageuse et un nageur participeront obligatoirement sur les 100m de spécialité.

4. Autorisation parentale :

Nous vous demandons de faire remplir par les familles concernées, pour tous les nageurs, l'autorisation parentale. **Elle devra être remise aux responsables du regroupement à l'arrivée des nageurs.**

5. Listes de Nageurs :

Les performances seront prises en compte jusqu'au Natathlon Avenirs n°2, le dimanche 20 avril 2025.

Équipe d'encadrement de la Sélection Avenirs du Comité du Rhône de Natation:

- **BOIRON-BOIREL Fabien (SAL Saint-Priest Natation)**

- **SALA Marie (Vaulx-en-Velin Natation)**

- **Stagiaire BP/BE**

- **en recherche d'un entraîneur**