

Natation  
Synchronisée



# Colloque Interrégional

## COLLOQUE INTERREGIONAL DE NATATION SYNCHRONISEE

Le Conseil de l'Ouest, sa Commission Interrégionale associés à l'ERFAN Centre sont heureux de vous proposer ce colloque interrégional.

Ce rendez vous a pour objectif la formation des entraîneurs et officiels, mais aussi celle des personnes ressources bénévoles et/ou dirigeants des clubs.

**Ce colloque aura lieu à la Maison des Sports de Touraine, rue de l'aviation, 37210 PARCAY-MESLAY, les 3 et 4 octobre 09.**

### Programme prévisionnel :

#### **Samedi 3 octobre:**

- **13h45 :** Accueil : Nancy MASSONNET et Jean-Yves LE TOUZO.
- **14h15 :** Présentation / Annabelle PIEDNOIR.
- **14h45 :** Présentation des principales nouveautés réglementaires FFN saison 09/10
- **16h : Ateliers**

<b>16h à 17h30 :</b> <b><u>Atelier 1</u></b> : Utilisation du logiciel Narval.	<b>16h à 17h30:</b> <b><u>Atelier 2</u></b> : optimisation des techniques de bases à travers le placement et les équilibres dans l'eau (travail postural et notions de biomécanique du mouvement dans l'eau).
<b>17h45 à 19h30 :</b> <b><u>Atelier 3</u></b> : OPCA	<b>17h45 à 19h30 :</b> <b><u>Atelier 4</u></b> : La notion d'étirement/qualité du geste.

- **19h45 :** Clôture de la 1<sup>ère</sup> journée

#### **Dimanche 4 octobre :**

- **8h30 :** Accueil
- **9h :** Chorégraphies - Observation et analyse chorégraphies (combinés, équipes solo et duo) et Partage sur les méthodologies et outils d'aide à la chorégraphie.
- **12h :** Bilan de formation.
- **12h30 :** Clôture du colloque



*Ecole Régionale de Formation des Activités de la Natation*

**C E N T R E  
I N T E R R E G I O N O U E S T**

**Inscriptions :**

Les inscriptions sont à envoyer avant le 14 septembre 09.

Les coûts d'inscriptions sont de :

- ☐ **Formule A (dirigeants et bénévoles)= 25€ :**
  - Uniquement Samedi 3 octobre 2009
  - Comprend : les frais pédagogiques, documentations
- ☐ **Formule B (entraîneurs, assistants d'entraînement)= 50€ :**
  - Tout le week-end des Samedi et Dimanche 3 et 4 octobre 2009
  - Comprend : les frais pédagogiques, documentations, pack de DVD de compétitions 08/09

**Hébergement et pension :**

Hôtels et restaurants sont à proximité de la maison des sports. L'organisation est à la charge des stagiaires.



Association loi 1901

N° de déclaration d'existence: 24 45 02095 45

**centre.ffnatation.fr**

ERFAN Maison des Sports de Touraine rue de l'aviation 37210 PARCAY MESLAY

Tél. 02 47 40 25 46 - Fax. 02 47 40 25 46

e-mail : erfan.centre@wanadoo.fr

Présentation prévisionnel des contenus et intervenants :

✍ **Réglementation** : les nouveautés 09/10.

- ✓ S'adresse à tous les entraîneurs et bénévoles licenciés qui sont amenés à intervenir sur l'organisation ou l'entraînement en club et/ou région.
- ✓ **Bien connaître la réglementation 08/09 ou avoir parcouru celle de 09/10 !**
- ✓ Lors de cette intervention, il sera présenté les adaptations réglementaires mises en place pour la saison 09/10.
- ✓ Intervenante : Membre(s) de la commission interrégionale et Annabelle PIEDNOIR (CTS).

✍ **Atelier 1** : Utilisation du logiciel Narval.

- ✓ S'adresse à tous les bénévoles licenciés qui sont amenés à utiliser ce logiciel dans leur club et/ou région.
- ✓ **Se munir d'une clé USB !**
- ✓ Lors de cette intervention, il sera présenté l'utilisation du logiciel NARVAL pour la gestion des compétitions du Socle de Formation : utilisation.
- ✓ Intervenante : Marylène VIALARET (référente informatique des Pays de Loire).

✍ **Atelier 2** : Optimisation des techniques de bases à travers le placement et les équilibres dans l'eau (travail postural et notions de biomécanique du mouvement dans l'eau).

- ✓ S'adresse à un public d'entraîneurs de tout niveau.
- ✓ Cet atelier développera des savoirs sur la bio mécanique et le placement nécessaire à toute exécution de positions et appuis de bases. Ces notions seront complétées par des exemples d'éducatifs et de consignes permettant de faire évoluer les nageuses dans leur exécution de figures imposées (ou épreuve technique) et l'exécution des ballets (ou épreuves de propulsion).
- ✓ Intervenantes : Nancy MASSONNET (BEES2, membre de la Commission Nationale, Interrégionale et Présidente de la Commission régionale du Centre) et Annabelle PIEDNOIR (CTS).

✍ **Atelier 3** : OPCA.

- ✓ S'adresse à un public de bénévoles licenciés, et/ou dirigeants de toute structure club.
- ✓ Marie Claire partagera avec vous, dans son intervention, sa connaissance sur la gestion des dossiers d'aide au financement des formations des professionnels et dirigeants de votre association.
- ✓ Intervenante: Marie Claire DOUET (Présidente de la commission synchro des Pays de Loire, membre de la commission interrégionale).

✍ **Atelier 4** : La notion d'étirement/qualité du geste.

- ✓ S'adresse à un public de bénévoles licenciés, et/ou dirigeants de toute structure club.
- ✓ Intervenantes : Annabelle PIEDNOIR (CTS) et Cécile TIREAU (Professeur de danse, Intervenante sur l'Equipe de France Minimes 09).
- ✓ Annabelle et Cécile définiront ce qu'est l'étirement et les outils et éducatifs pour faire progresser les nageuses dans ce sens.

✍ **Chorégraphie** :

- ✓ S'adresse à un public d'entraîneurs.
- ✓ Observation et analyse chorégraphies (combinés, équipes solo et duo) et Partage sur les méthodologies et outils d'aide à la chorégraphie.
- ✓ Intervenants : Table ronde avec des entraîneurs d'expérience, des juges et formateurs.

