

III- STAGES INTERREGIONAUX de NAGEUSES

1) Stage de préparation à la finale des Jeunes

A l'issue des compétitions N3 Espoir et Benjamine, 12 nageuses au maximum seront retenues au stage interrégional de préparation à la Finale Nationale des JEUNES.

Principes :

Sélection et regroupement des nageuses de l'interrégion qualifiées à la Finale Nationale JEUNE. Les différents aspects de la préparation de la nageuse seront abordés lors de ce stage d'été Interrégional : la préparation physique, technique, artistique.

Ce stage aura pour objectifs :

Ces stages doivent constituer un moment important dans la carrière des nageuses. Au-delà du perfectionnement technique, et artistique, ils doivent permettre une meilleure connaissance de soi, des autres, de l'environnement. Ils doivent créer les conditions d'une motivation durable.

Ces stages constituent un maillon de la formation des nageuses vers l'accès aux programmes FINA.

Ces stages permettent, au travers des temps d'échanges et de confrontations, de mieux connaître les nageuses, de les évaluer et d'organiser leur suivi.

Il sera basé sur le perfectionnement des épreuves de la Finale Nationale des jeunes.

Ils peuvent, également, offrir aux entraîneurs un temps privilégié de formation de niveau BF3/BF4.

Lieux et dates : Du 24 au 26 juin 2016 à NANTES.

Encadrement (à confirmer) :

Isabelle POCHET **Directrice de stage** et Christine GROSSET

Entraîneurs de club : **présence de l'entraîneur obligatoire sur l'ensemble du stage (dérogation possible pour les clubs ayant des galas de fin d'année sur ce weekend).**

Contenus/support de travail :

Epreuves de la Finale Nationale des Jeunes

2) Stage d'été de DETECTION

A l'issue de la saison sportive et des compétitions N3 Espoir et Benjamine, 16 nageuses au maximum, seront retenues au stage de détection interrégional.

Principes :

Sélection et regroupement des nageuses ayant participé à la compétition des N3 Benjamine et/ou aux épreuves sélectives pour la Finale Nationale JEUNE, en tenant compte de l'âge mais aussi du niveau.

Les différents aspects de la préparation de la nageuse seront abordés lors de ce stage d'été Interrégional : la préparation physique, technique, artistique.

Le stage se concrétisera par un entraînement mettant en scène le travail effectué dans les différents domaines (prévisionnel : samedi 9 juillet en matinée).

Des moments d'évaluation pourront être également prévus.

Ce stage aura pour objectifs :

Ces stages doivent constituer un moment important dans la carrière des nageuses. Au-delà du perfectionnement technique, et artistique, ils doivent permettre une meilleure connaissance de soi, des autres, de l'environnement. Ils doivent créer les conditions d'une motivation durable.

Ces stages constituent un maillon de la formation des nageuses vers l'accès aux programmes FINA. Ces stages permettent, au travers des temps d'échanges et de confrontations, de mieux connaître les nageuses, de les évaluer et d'organiser leur suivi.

Il sera basé sur le développement général et le perfectionnement des qualités pour le Synchro d'Or, et des figures imposées en vues de la préparation à des sélections de niveau national (championnats Nationaux, sélections Equipe de France), suivant les profils de nageuses.

Ils peuvent, également, offrir aux entraîneurs un temps privilégié de formation de niveau BF3/BF4.

Lieux et dates : Du 5 au 9 juillet 2016 à POITIERS ou TOURS.**Encadrement (à confirmer) :**

Isabelle POCHE Directrice de stage
Mélanie ROSELET
Barbara MEYET
Christine GROSSET (interventions ponctuelles)

Contenus/support de travail :

Epreuves du Synchro d'Or.
Technique de figures imposées FINA.
Ballets nationaux ou internationaux.

3) Stage d'été de PERFECTIONNEMENT

A l'issue de la saison sportive, 10 nageuses au maximum, seront retenues, au stage de Perfectionnement FINA interrégional.

Principes :

Sélection et regroupement des nageuses identifiées en championnat FINA National espoirs été sur la saison en cours nées en 2002 et après.

Les différents aspects de la préparation de la nageuse seront abordés lors de ce stage d'été Interrégional : la préparation physique, technique, artistique.

Le stage se concrétisera par un entraînement mettant en scène le travail effectué dans les différents domaines (prévisionnel : 9 juillet matinée). Des moments d'évaluation pourront être également prévus.

Ce stage aura pour objectifs :

Ces stages doivent constituer un moment important dans la carrière des nageuses. Au-delà du perfectionnement technique, et artistique, ils doivent permettre une meilleure connaissance de soi, des autres, de l'environnement. Ils doivent créer les conditions d'une motivation durable.

Ces stages constituent un maillon fort de la formation des nageuses vers la performance à travers les programmes FINA.

Ces stages permettent, au travers des temps d'échanges et de confrontations, de mieux connaître les nageuses, de les évaluer et d'organiser leur suivi.

Il sera basé sur le développement général et le perfectionnement des qualités de ballet et des figures imposées en vues de la préparation à une performance en niveau national (championnats Nationaux/Elites, sélections Equipe de France), suivant les profils de nageuses.

Lieux et dates : Du 5 au 9 juillet 2015 à POITIERS ou TOURS.**Encadrement** (à confirmer) :

Isabelle POCHET **Directrice de stage**
Mélanie ROSELET
Barbara MEYET
Christine GROSSET (interventions ponctuelles)

Contenus/support de travail :

- Apprentissage d'une partie de ballet (étranger).
- Technique de figures imposées FINA

4) Stage d'été MARGAUX

Le stage Margaux sera proposé cette saison du Dimanche 21 au samedi 27 Aout 2016.

En raison des Jeux Olympiques, la présence de Margaux Chrétien, représentante du duo pour Rio, ne pourra être confirmée qu'ultérieurement. Dans le cas échéant, l'organisation de ce stage sera maintenue (sous réserve du nombre suffisant d'inscrits). Le programme du stage sera dans ce cas adapté.

Contrairement aux stages interrégionaux de natation synchronisée du mois de juillet, ce stage est non sélectif, et sera ouvert à toute nageuse candidate, répondant aux critères suivants :

- Ayant participé à des compétitions Synchro argent, Synchro or, C1, C2, Régionales, interrégionales, Fina,
- Née en 2000 et après.
- Selon le nombre de places disponibles.

Des groupes de niveaux et d'âges seront organisés.

Ce stage vise à la progression technique, avec des entraîneurs de références, mais aussi à l'épanouissement de la jeune nageuse en gardant à l'esprit les valeurs sportives : respect de soi et des autres, fair-play et respect de règles, joie dans le sport et dépassement de soi.

La journée type comprendra des séances d'entraînement de 2h30 le matin et 1h30 en fin d'après-midi (technique et ballet) et des activités diverses & ludiques l'après-midi. Des temps calmes, des séances de souplesse et des soirées animées compléteront ces journées bien remplies !

Margaux CHRETIEN nageuse internationale, sera marraine de ce stage, et partagera des moments d'entraînement et de convivialité.

Lieux et dates (accueil et départ) : Du 21 au 27 août 2016 CREPS de POITIERS.**Encadrement** (à confirmer) :

Entraîneurs en natation synchronisée, professionnels et expérimentés (BEES2 et BEESAN en natation synchronisée).
Animatrice pour les activités autres que les séquences d'entraînements à la natation synchronisée
Margaux CHRETIEN, **Nageuse internationale, Marraine du stage**

IV- LE POLE ESPOIR

1) Présentation

Un Pôle Espoir a pour objectif de préparer des nageuses, aux exigences liées à l'accès à la pratique de haut niveau. Il accueille donc des nageuses, ayant satisfaits aux critères d'entrée et ayant un projet ambitieux dans sa pratique.

Le Pôle Espoir de Nantes regroupe chaque saison, au maximum 18 nageuses, toutes sur listes ministérielles ou de haut niveau (Partenaire d'entraînement, Espoirs et Jeunes). Elles proviennent de diverses régions (et de divers clubs formateurs) ; pour la rentrée 2015 : Pays de Loire (Nantes), Normandie (Caen) et Nord Pas de Calais (Lille).

Les entraînements du Pôle Espoir sont encadrés par ROSELET Mélanie (BF5) et par NEDELEC Marie (BEES2).

Une nageuse qui rentre en pôle est une nageuse qui a démontré d'une performance en compétition sportive et qui a commencé à construire un projet personnel, alliant pratique sportive et formation professionnelle (projet scolaire).

Le pôle lui garantit ensuite, un aménagement horaire qui lui permet donc de concilier son double projet (scolarité et entraînements).

Pour l'accompagner dans ce double projet, différents moyens lui sont accordés. Elle peut bénéficier :

- ⊙ De 18h à 20h d'entraînements hebdomadaire avec un encadrement de qualité.
- ⊙ D'aides financières, pour pallier aux dépenses occasionnées par sa pratique sportive : subventions, bourses par le Conseil Général et/ou le Conseil Régional.
- ⊙ D'un suivi médical longitudinal tout au long de sa carrière.
- ⊙ D'un suivi de la FFN et de la DRJSCS.
- ⊙ D'aménagements ou étalement de sa formation scolaire en fonction de ses besoins et de ses projets sportifs majeurs à court et moyen terme.
- ⊙ De la possibilité de s'inscrire à l'épreuve d'EPS, réservés aux athlète de haut niveau, prévus pour les Athlètes inscrites en liste de HN ou espoir.

La nageuse en pôle a aussi des devoirs :

- ⊙ Investissement individuel fort, à travers le projet du pôle, et son double projet.
- ⊙ Tout membre du pôle s'engage à respecter les principes et les valeurs contenues dans LA CHARTE DU SPORT DE HAUT NIVEAU (représentativité, engagement, Lutte et

2) Inscription

L'entrée des nageuses en pôle Espoir se fait **sur candidature et sur étude de résultats**.

Les nageuses candidates devront avoir, au minimum, validé le synchro d'or en fin de saison et/ou participé, à un championnat National/Elite.

Toutes les nageuses intéressées peuvent prendre dès maintenant contact avec la coordinatrice du pôle : cts.synchro.ouest@hotmail.fr pour se faire connaître et obtenir la démarche de candidature (« Dead line » mars de la saison en cours).

Toute candidature sera étudiée. Un dossier devra être rempli et renvoyé à 3 destinataires (la structure, la FFN et le CTS). Ce dossier est téléchargeable sur le site de la FFN à partir de Fév/Mars.

Un rendez-vous sera pris pour visiter les structures et obtenir les renseignements nécessaires auprès des partenaires (établissement scolaire, internat). Surtout n'attendez pas !

3) Quelques nageuses internationales issues du Pôle Espoir des Pays de Loire

2014/2015 :

Equipe de France Seniors : Margaux CHRETIEN
Equipe de France Juniors : Solène LUSSEAU et Esther DUCROCQ
Equipe de France Minimes: Léa HAUVILLE, Camille BRAVARD et Margaux CHABIRAND

2013/2014:

Equipe de France Seniors : Margaux CHRETIEN
Equipe de France Juniors : Solène LUSSEAU

2012/2013 :

Equipe de France Seniors : Margaux CHRETIEN
Equipe de France Minimes : Solène LUSSEAU

2011/2012 :

Equipe de France Seniors : Margaux CHRETIEN & Violaine ROBERT
Equipe de France Juniors : Anaëlle CALMES
Equipe de France Minimes : Solène LUSSEAU

2010/2011 :

Equipe de France Seniors : Margaux CHRETIEN & Violaine ROBERT
Equipe de France Juniors : Alys GALLES, Anaëlle CALMES et Laurie SOLON

2009/2010 :

Equipe de France Seniors : Violaine ROBERT
Equipe de France Juniors : Margaux CHRETIEN
Equipe de France Minimes : Ophélie BISSON, Marianne DUVAL, Mathilde CHEVALIER,
Morgane AFIF, Priscille RANCEZ, Laurie SOLON

2008/2009 :

Equipe de France Seniors : Violaine ROBERT
Equipe de France Juniors : Margaux CHRETIEN
Equipe de France Minimes : Ophélie BISSON, Camille ROBERT, Anaëlle CALMES, Laurie SOLON

2007/2008 :

Equipe de France Seniors : Violaine ROBERT
Equipe de France Juniors : Margaux CHRETIEN, Sarah BITEAU
Equipe de France Minimes : Emilie SEGURA

V- LES FORMATIONS

Les formations initiales (permettant la délivrance de diplômes) :

Formation initiale et continue des BF, BP et DE/DES (BEESAN et BEES2) :

- **Se renseigner, dès maintenant auprès de votre ERFAN.**

Formation initiale et continue officiels :

- **Se renseigner, dès maintenant auprès de votre responsable régionale.**

Les formations continues :

STAGE INTER : Lors des stages interrégionaux, des stages d'observation pour les entraîneurs sont également proposés. Se référer aux offres de formations faites par les ERFAN concernées lors des mois précédents l'évènement.

POLE : Le Pôle espoir est ouvert pour toute demande d'observation des entraînements. Contacter Annabelle PIEDNOIR pour mettre en place votre séjour.

Des stages balisés pourront également être proposés, se référer alors aux offres de formations faites par l'ERFAN des Pays de Loire, les semaines précédant l'évènement.

VI- CONTACTS

? Pour toutes questions réglementaires, vous pouvez contacter :

Vos présidents de Commission Régionale de Natation Synchronisée, ou Marie Claire DOUET, **mais avant toute question**, vous devez vous assurer d'avoir lu le règlement en vigueur de la saison en cours (versions citées ci-dessous). Vous pourrez ainsi accompagner votre question, de la page et l'alinéa de référence du règlement de l'incompréhension ou du besoin d'éclaircissement de la réglementation. Sans cette démarche préalable, les réponses ne seront pas assurées.

? Pour toutes questions sur les formations de votre région, vous pouvez contacter :

Vous souhaitez savoir si votre région propose des formations régionales de natation synchronisée pour améliorer vos compétences d'encadrement, ou pour vous initier à des fonctions d'encadrement ? Oui, elles vous proposent un grand panel de formations, contacter vos ERFAN pour plus de renseignements.

Coordonnées de la Région Bretagne :

Comité régional : 02.99.67.03.58 @ : com.bretagne.natation@wanadoo.fr

CTR Coordinateur : /

Présidente de la commission synchro : Pascale PRIGENT @ : prigent.pascale@free.fr

Responsable des officiels : Elina LEMICHEL DU ROY @ : nat.synchro.bzh@outlook.fr

ERFAN Renseignements et inscriptions : ERFAN - Comité de Bretagne de natation - 09 rue Léo Lagrange
35131 CHARTRES de BRETAGNE com.bretagne.natation@wanadoo.fr

Coordonnées de la Région Centre :

Comité régional : 02.38.86.46.26 @ : ffn.centre@orange.fr

CTR Coordinateur : Cécile DUCHATEAU @ : duchateau.cecile@hotmail.fr

Présidente de la commission synchro : Michèle ROUILLY @ : mrouilly@yahoo.fr

Responsable des officiels : Christine GROSSET et @ : chrisgrosset@yahoo.fr,

ERFAN Renseignements et inscriptions : ERFAN Centre - Maison des Sports de Touraine - Rue de l'Aviation
- 37210 Parçay-Meslay - 02.47.40.25.46 - erfan.centre@wanadoo.fr

Coordonnées de la Région Pays de Loire :

Comité régional : 02.51.13.48.80 @ : cte-natation-ffn-pdl@wanadoo.fr

CTR Coordinateur : Maurice Beunet @ : maurice.beunet@wanadoo.fr

Présidente de la commission synchro : Marie Claire DOUET @ : pdl-synchro-mc-douet@orange.fr

Responsable des officiels : Isabelle POCHET @ : isapoc@free.fr

Ajointes Aurore HUGUENET et Pauline ROBIN

ERFAN Renseignements et inscriptions : ERFAN Pays de Loire - 44 rue R. Rolland - BAT C
BP 90312 - 44103 NANTES CEDEX 04 Tel : 02 51 13 48 80 – Fax : 02 51 13 48 77 –

Mail : cte-natation-ffn-pdl@wanadoo.fr

Coordonnées de la Région Normandie :

Comité régional : 02.31.75.04.19 @ : normandieffn@wanadoo.fr

CTR Coordinateur : Frédérique CROCHARD @ : frederique.crochard@drjscs.gouv.fr

Présidente de la commission synchro : Magali LEBATTEUX @ : lebatteux5m@orange.fr

Responsable des officiels : Magali LEBATTEUX @ : lebatteux5m@orange.fr

ERFAN Renseignements et inscriptions : E.R.F.A.N. Normandie -147 rue de la Délivrande – 14000
Caen - Tel : 06.82.84.23.21 Fax : 02.31.37.48.63 - Site internet : <http://normandie.ffnatation.fr> -

Email : frederique.crochard@drjscs.gouv.fr

CONTACTS Interrégionaux

Président du Conseil de l'OUEST : Serge BRUNET – Courriel : serge.brunet07@orange.fr

Président de la Commission Synchro Interrégionale : Marie Claire DOUET – Téléphone :
06.83.45.96.45 – Courriel : pdl-synchro-mc-douet@orange.fr

CTS Natation Synchronisée Interrégionale : Annabelle Piednoir – Téléphone : 06.22.82.46.83 –
Courriel : cts.synchro.ouest@hotmail.fr

CONTACTS FFN:

FFN (département Natation Synchronisée) - 14, rue SCANDICCI 93500 PANTIN – Tél
(Standard/Accueil : 01.41.83.87.70) - Fax (Standard) : 01.41.83.87.69

DPTT SYNCHRO - 14ème étage : Sylvie NEUVILLE : 01.41.83.87.44 / Nathalie LAVOUX :
01.41.83.87.43 et / Dany SALLES : 01.41.83.87.42

VII. REFERENCES ET RAPPELS REGLEMENTAIRES**1) Références**

Le règlement FFN 2015/2016

Le règlement FINA de la NATATION SYNCHRONISEE 2013-2017

La circulaire des officiels 2015/2016.

2) Dopage et Prévention

Contrôle Anti dopage :

De nouvelles dispositions de lutte antidopage sont entrées en vigueur le Vendredi 21 Janvier 2011 et mises en place par l'Agence Française de Lutte contre le Dopage (AFLD). Elles définissent dès à présent, que les contrôles inopinés à l'entraînement et/ou en compétition peuvent être de type urinaire ou sanguin.

C'est particulièrement cette dernière disposition **qui doit retenir votre attention**. Dans ce cadre, si des contrôles de cet ordre sont effectués, il est impératif, pour les nageuses et nageurs mineurs, de disposer d'une autorisation parentale de prélèvement sanguin.

Par conséquent, **le club doit se garantir** que chaque nageuse et nageur mineur soit en permanence en possession de cette autorisation parentale de prélèvement sanguin dûment signée (formulaire disponible auprès de votre Comité Régional).

Chaque athlète mineur devra alors, avoir sur lui, lors de tout déplacement en stage ou en compétition, une copie de cette autorisation ainsi que sa Carte d'Identité Nationale et sa Licence Fédérale.

Attention ! L'absence d'autorisation est constitutive d'un refus de se soumettre aux mesures de contrôle.

Produits dopants.

Lorsqu'un sportif licencié à la FFN a recourt à un traitement médical avec des produits inscrits sur la liste des produits dopants, et qu'il souhaite participer à une compétition, il doit répondre à des procédures d'autorisation d'utilisation à des fins thérapeutiques (AUT), ou déclaration d'usage. Si ce sportif est inscrit dans un pôle ou sur liste de Haut Niveau, il peut aussi être contrôlé lors de ses entraînements.

Vous retrouverez le **guide de l'utilisateur** sur le lien <http://www.afld.fr/interieur.php?page=19>

Vous avez un doute ? Un numéro vert : 0 800 15 2000 Une équipe de professionnels vous répond directement de manière anonyme et gratuite (depuis un poste fixe).

Un site internet : www.dopage.com : Un moteur de recherche pour savoir si le médicament est inscrit sur la liste.

3) Encadrement des clubs

La loi : Seuls peuvent, contre rémunération, enseigner, animer ou encadrer une activité physique ou sportive ou entraîner ses pratiquants, à titre d'occupation principale ou secondaire, de façon habituelle, saisonnière ou occasionnelle, **les titulaires d'un diplôme**, titre à finalité professionnelle ou certificat de qualification, garantissant la compétence de son titulaire en matière de sécurité des pratiquants et des tiers dans l'activité considéré.

Obligation de déclaration : Tout éducateur diplômé doit, avant de commencer une activité professionnelle, se déclarer auprès de la préfecture de son département, via la D.D.C.S. (anciennement **D.D.J.S.**). Il suffit d'en faire la demande auprès de la D.D.C.S. et de la renouveler tous les 3 ans. Cette déclaration est obligatoire pour chacun des diplômes obtenus.

Déclaration de l'employeur : Être déclaré et assuré pour l'encadrement des A.P.S. contre rémunération est essentiel. Qu'il s'agisse d'une association à but non lucratif ou d'une société privée, l'employeur se doit de déclarer et de salarier ses éducateurs afin qu'ils cotisent à la Sécurité Sociale, à une caisse de Retraite et aux Assedic. Il doit également souscrire une assurance responsabilité civile pour ses adhérents, son ou ses salariés ainsi que pour ses locaux.

Révision BEESAN, MNS : De plus, un BEESAN, n'a pas le droit d'enseigner s'il n'a pas sa CAEPMNS tous les 5 ans (se renseigner des formations mises en place au sein des DDCCS).

Pour tout renseignement et conseils, contactez votre DDCCS

4) Déclaration de stage

Lorsqu'une association organise un stage avec hébergement accueillant des mineurs, il doit faire une déclaration auprès de la DDCS du département de domiciliation de la structure organisatrice.

L'état régleme nte tout « accueil collectif avec hébergement d'au moins 7 mineurs dès la première nuit d'hébergement en dehors du domicile familial ». Ils sont considérés comme des « séjours spécifiques » (Arrêté du 1er août 2006) = séjours sportifs organisés, pour leurs licenciés mineurs par les fédérations sportives agréées, Comités départementaux et clubs affiliés *si le séjour entre dans le cadre de leur activité. La réglementation concerne des enfants de 6 ans ou plus. Les 2 règles principales :*

Encadrement : Au **moins 2 cadres** avec une qualification selon norme ou réglementation relatives à l'activité principale du séjour, dont un directeur de stage par une personne majeure responsable avec une qualification selon norme ou réglementation relatives à l'activité principale du séjour.

Déclaration et conditions : les séjours sportifs sont déclarés au titre de l'année scolaire ; la période couverte expire la veille du premier jour de l'année scolaire suivante. La fiche complémentaire CI-3 est renseignée :

- un mois avant le début de chaque accueil avec hébergement d'une durée > 3 nuits organisé pendant les vacances scolaires,
- tous les 3 mois et au plus tard 2 jours ouvrables avant le début de chaque trimestre pour les autres accueils.

Seuls, ne sont pas concernés par les dispositions réglementaires applicables aux accueils collectifs de mineurs : les déplacements et hébergements ayant pour objet la participation aux compétitions sportives

(Instruction 06-192 JS du 22 novembre 2006).

5) Partenariat : Make Up For Ever / Natation Synchronisée

Make Up For Ever est le partenaire beauté de notre discipline et de la FFN.

Il nous apporte toute sa science et son expertise du maquillage, avec notamment une gamme entièrement waterproof : la gamme AQUA développée puis commercialisée depuis mars 2010. Elle offre une résistance maximale à l'eau et aux frottements pour une tenue unique sur les yeux, le teint et les lèvres. <http://www.makeupforever.fr/> Make Up For Ever est présent aux différentes étapes des Championnats de France été comme hiver, et récompense en dotations produits de beauté, les nageuses des podiums.

En tant que partenaire de la FFN, Make Up For Ever propose une réduction de 40% sur toute sa gamme de produits. Il vous suffit de justifier votre licence pour bénéficier de cet avantage conséquent.

Contact : Mlle DUPY dupyj@makeupforever.fr Responsable Relations Pro - Maquilleuse Pro 12 rue de Penthièvre 75008 Paris 01 58 18 66 94



Edition 2015-2016

Mise à jour du Lundi 4 Janvier 2016

D'après un travail de collaboration de la Commission Interrégionale de Natation Synchronisée de l'Ouest
2015/2016