

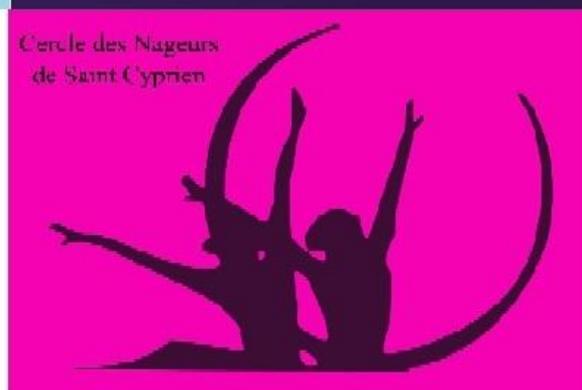
Le Comité Régional de Natation du Languedoc Roussillon,

La ville de Saint Cyprien,

Le Club « Le Cercle des Nageurs de Saint Cyprien »,

**Sont heureux de vous accueillir à la piscine Espace Aquasud
pour**

**La Finale du socle et le Circuit de préparation
des jeunes**



ORGANISATION ET CONSIGNES

Le Cercle des Nageurs de Saint Cyprien

Organise la Finale du socle et le Circuit de préparation des jeunes de Natation synchronisée

Le 19 & 20 Avril 2014

Au Gymnase Grand Stade les Capellans (Épreuve de danse Finale du socle)



Gymnase : Rue Verdi, LES CAPELLANS – 66750 – Saint Cyprien plage

04 68 37 32 00

Latitude : 3.02815000

Longitude : 42.60450000

A la Piscine Leon HENNEBICQ - Espace Aquasud à Saint Cyprien



Piscine : 1, rue MONTESQUIEU – 66750 – Saint Cyprien village

04.68.21.50.24

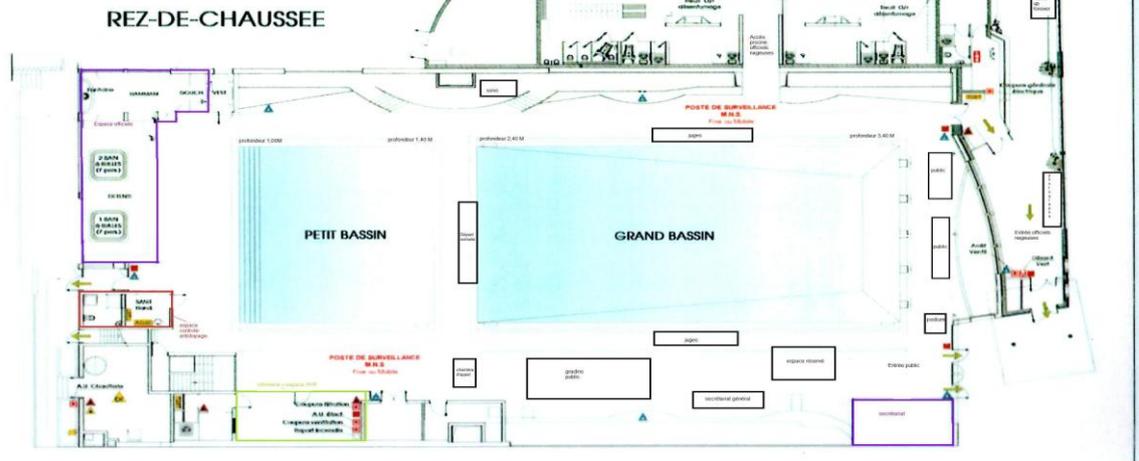
Latitude : 42.617844 S

Longitude : 3.0049324 E

PISCINE INTERCOMMUNALE Léon HENNEBICQ

66750 ST CYPRIEN

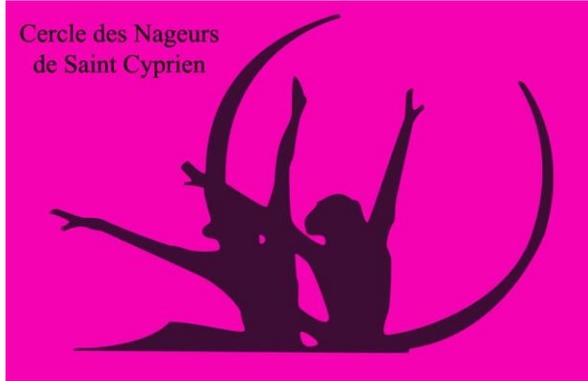
Tél. : 04 68 21 50 24



Infos diverses :

- Repas du samedi et dimanche midi sous le chapiteau à côté de la piscine.
Les repas sont à réserver sur le site du club : www.cnsaintcyprien.fr ou voir en annexe le bon de commande.
Il est interdit de manger sur le bord du bassin et dans les vestiaires.
- Les nageuses devront laisser leurs sacs dans les vestiaires qui seront surveillés par 4 personnes (des jetons casiers seront donnés dans les pochettes à l'arrivée des clubs).
Pas de possibilité à avoir le sac sur le bord du bassin.
- Les nageuses devront laisser les vestiaires, les douches, les toilettes et le site d'entraînement propres, les clubs devront s'en assurer avant de repartir.
- 1 entrée pour le public (qui devra se déchausser) sous le chapiteau blanc avec la buvette, l'accueil.
- 1 entrée pour les officiels, entraîneurs et nageuses par l'accueil de la piscine.
- 1 coin maquillage et 1 coin gélatine où les nageuses devront obligatoirement se rendre afin de respecter l'état des locaux.
- Sur le bord du bassin les nageuses auront accès à un espace réservée afin d'assister à la compétition mais elles ne pourront pas accéder à l'espace public.
- La chambre d'appel sera du côté petit bassin/estrade public.
- Devant et aux abords de la piscine il y aura des emplacements réservés aux minibus et voitures des différents clubs.

Cercle des Nageurs
de Saint Cyprien



Vous trouverez toutes les informations sur notre site du club : www.cnsaintcyprien.fr

- Hébergement
- Restauration sur place
- Restauration à proximité
- Venir à Saint Cyprien
- Liens Utile

BON DE COMMANDE REPAS

Le Cercle des Nageurs de St Cyprien
Mme YUNGMANN Marie-France – Trésorière
14 rue Camille Pissaro 66750 Saint Cyprien

Finale du socle et Circuit de préparation des jeunes

A nous retourner avant le **09/04/14** avec votre règlement à l'adresse ci-dessus
Chèque à l'ordre du C N S C et qui sera encaissé après la compétition

Pour : Mr ou Mme.....
Adresse mail..... (pour vous faire parvenir un accusé de réception)
Tel.....
Nom du club :
Adresse mail.....

Samedi midi :

menu sandwich (au choix) : 5€

1-Sandwich pain viennois thon, tomate, salade, œuf
Chips
Dessert
(compote ou yaourt à boire ou fruit selon disponibilité)
eau
nbres de menu x 5 € = €

2-Sandwich pain de mie poulet, crudités
Chips
Dessert
(compote ou yaourt à boire ou fruit selon disponibilité)
eau
nbres de menu x 5 € = €

3-Sandwich pain suédois jambon cheddar
Chips
Dessert
(compote ou yaourt à boire ou fruit selon disponibilité)
eau
nbres de menu x 5 € = €

menu salade (au choix) : 6€

4-Salade pates poulet, crudités
Chips
Dessert
(compote ou yaourt à boire ou fruit selon disponibilité)
eau
nbres de menu x 6 € = €

5-Salade pates jambon, emmental
Chips
Dessert
(compote ou yaourt à boire ou fruit selon disponibilité)
eau
nbres de menu x 6 € = €

Dimanche midi :

menu sandwich (au choix) : 5€

1-Sandwich pain viennois thon, tomate, salade, œuf
Chips
Dessert
(compote ou yaourt à boire ou fruit selon disponibilité)
eau
nbres de menu x 5 € = €

2-Sandwich pain de mie poulet, crudités
Chips
Dessert
(compote ou yaourt à boire ou fruit selon disponibilité)
eau
nbres de menu x 5 € = €

3-Sandwich pain suédois jambon cheddar
Chips
Dessert
(compote ou yaourt à boire ou fruit selon disponibilité)
eau
nbres de menu x 5 € = €

menu salade (au choix) : 6€

4-Salade pates poulet, crudités
Chips
Dessert
(compote ou yaourt à boire ou fruit selon disponibilité)
eau
nbres de menu x 6 € = €

5-Salade pates jambon, emmental
Chips
Dessert
(compote ou yaourt à boire ou fruit selon disponibilité)
eau
nbres de menu x 6 € = €

TOTAL : : €

INFORMATION : La buvette restera ouverte samedi soir après la compétition pour vous proposer hot dogs, plats salés et sucrés, etc...

FINALE DU SOCLE & CIRCUIT DE PREPARATION DES JEUNES
19 & 20 AVRIL 2014 – ST CYPRIEN
- PROGRAMME PREVISIONNEL -

Samedi 19 Avril

Gymnase Grand Stade les Capellans : RUE VERDI, LES CAPELLANS - 66750 Saint-Cyprien

09h45 Ouverture des portes + Echauffement danse (parcours à sec)

10h15 Réunion des officiels

10h20 Fin échauffement danse

10h30 Passage danse

Piscine Espace Aquasud : 1, rue MONTESQUIEU – 66750 – Saint Cyprien village

12h00 Ouverture des portes

12h15 Echauffement Imposées Espoirs + Technique socle

13h15 Réunion des officiels

13h30 Imposées espoirs (110 nag) + Technique SOCLE.

18h00 Echauffement Equipe Espoirs

19h00 Réunion jury

19h30 Equipe Espoirs (12)

Dimanche 20 avril

Piscine Espace Aquasud : 1, rue MONTESQUIEU – 66750 – Saint Cyprien village

9h00 Ouverture des portes

9h15 Echauffement Propulsion Socle + Solos Espoirs (23)

10h Réunion des officiels suivie de la compétition des solos espoirs puis de la propulsion socle avec possibilité de ré-échauffement dans le petit bain.

13h30 Echauffement Duos Espoirs

14H15 Réunion jury

14h30 Duos Espoirs (19)

FINALE DU SOCLE

19 & 20 AVRIL 2014 – ST CYPRIEN

NAGEUSES CONCERNEES :

MODIFICATION des CRITERES de SELECTION !

Cette compétition s'adresse aux nageuses nées en **2001 et après** (13 ans et moins) engagées dans le **Cycle 2 du niveau formation** et répondant aux critères suivants:

- Pour les nageuses nées en **2001** (13 ans) : avoir validé **2 épreuves** du niveau Formation, parmi Danse, Technique, Propulsion.
- Pour les nageuses nées en **2002** (12 ans) : avoir validé **1 épreuve dans l'eau** du niveau Formation, parmi Technique, Propulsion.
- Pour les nageuses nées en **2003 et après** (11 ans et moins) : avoir validé au minimum **1 des 3 épreuves** du niveau Formation, parmi Danse, Technique, Propulsion.

Au vue des résultats fournis par les comités régionaux et en cas d'un trop grand nombre de nageuses Répondant aux conditions, la CTIR fera appel à la responsabilité de chaque entraîneur pour une proposition de nageuses répondant aux critères précédents pour arriver à un seuil maximal de 40 à 45 nageuses.

FINALE IR du SOCLE	DANSE	TECHNIQUE	PROPULSION
Toutes années d'âge confondues	Niveau Formation Variation en entier (nouvelle variation dansée)	Niveau formation 1 groupe obligatoire + 1 groupe optionnel tiré au sort 72h avant le début de la compétition	Niveau formation Parcours en entier « Sing-Sing-Sing » Version A ou B tirée 15 jours avant le début de la compétition
Classement et podiums	Classement par épreuve et par années d'âge (3 années)		
Stage IR d'été	Classement pour sélectionner les nageuses qui prendra en compte :		
	15%	50%	35%

** Pour l'épreuve PROPULSION, une tenue de ballet est exigée.*

STAGE INTERREGIONAL d'ETE 2014 :

Public concerné : 16 nageuses sélectionnées à l'issue de la finale IR du socle.

Période : très certainement la semaine du 16 au 20 juin 2014 compte tenu du changement de date des championnats du monde Junior.

Durée : 5 jours.

Encadrement : assuré par l'Equipe Technique Interrégionale et la CTIR.

Formation des entraîneurs : sur place, assurée par la CTIR et l'encadrement du stage.

ENGAGEMENTS :

→ Engagements définitifs par courrier : Il vous faut adresser par courrier postal et par mail au comité organisateur, les engagements par **NARVAL** sur les épreuves concernées **AVANT le 12/04/2014 dernier délai** ainsi que le chèque avec le montant des engagements.

TARIFS : --- 6 € par nageuse.

CIRCUIT DE PREPARATION DES JEUNES 19 & 20 AVRIL 2014 – ST CYPRIEN

NAGEUSES CONCERNEES :

Cette compétition s'adresse aux nageuses **Espoir : 12-15 ans (2001- 2000-1999-1998)**, engagées dans un championnat de France **National et/ou Elite**.

CIRCUIT de PREPARATION DES JEUNES		ESPOIRS		
	EPREUVE DE TECHNIQUE	EPREUVE DE BALLET		
Epreuves	2 figures obligatoires + 1 Groupe optionnel tiré au sort	Solo Libre 2'15	Duo Libre 2'45	Equipe Libre 3'30
Classements et podiums	100% FI 1 seul podium niveau de pratique confondu	50% FI- 50% SL*	50% FI- 50% DL*	50% FI- 50% EL*

* Classement séparé selon niveau de pratique : National et Elite.

ENGAGEMENTS :

Engagements définitifs par courrier : Il vous faut adresser par courrier postal au comité organisateur, les documents suivants, **AVANT le 05/04/2014**.

- · Le récapitulatif des engagements ainsi que les feuilles d'engagement (nageuses et officiels) sous format « papier » validé par le comité régional « d'appartenance »
- · Le chèque avec le montant des engagements.

TARIFS :

- 6 € par nageuse (FI).
- 6 € par ballet.