

## **NATATION COURSE**

---

### **SELECTION BENJAMIN : 1<sup>er</sup> REGROUPEMENT DANS L'EAU**

C'est parti pour la saison 2013 avec une nouvelle sélection départementale. Celle-ci, composée de 15 filles et 15 garçons issus des six clubs du Cher, s'est retrouvée samedi 2 février à la piscine de St Germain du Puy pour un entraînement d'1h30 (et 3900m au compteur). L'objectif était de se regrouper, d'apprendre à se connaître entre nageurs mais aussi entre entraîneurs et nageurs.

Après avoir expliqué les différentes échéances et les objectifs de cette sélection départementale, les nageurs se sont affrontés au Laser Quest. Paradoxalement, ces confrontations ont fait naître un début de cohésion de groupe, nécessaire pour performer en fin de saison lors de la Coupe de France des Départements.

Ces 30 nageurs se retrouveront la deuxième semaine des vacances de février à Aubigny pour un stage d'entraînement du lundi au vendredi avec des entraînements et activités sportives biquotidiens.