



## STAGE DEPARTEMENTAL AVENIRS 2016

Dans la perspective de constitution de l'équipe départementale Avenirs, le Comité de la Manche de Natation organise une journée stage et détection à Cherbourg-Octeville le dimanche 13 novembre 2016.

Cette première journée sera suivie d'une seconde le dimanche 29 janvier 2017 à Granville puis de la coupe de l'Ouest des départements à Blois les 10 et 11 juin 2017.

L'équipe de la Manche est constituée d'un collectif féminin de 11 nageuses nées en 2007/2008/2009 et d'un collectif masculin de 11 nageurs nés en 2006/2007/2008. Tous doivent être titulaires du Pass Compétition Natation Course.

Cette sélection sera encadrée par Chloé Jaquot entraîneur à l'EVG, Fabrice Prunier entraîneur à Hague Natation, David Leseine entraîneur à ACCC.

Les objectifs de cette journée, outre la sensibilisation à l'appartenance à un collectif départemental, sont les phases non nagées et des rudiments d'échauffement à sec.

### **L'organisation du 13/11/16 sera la suivante :**

Rendez-vous à 10h00 à la piscine du Maupas avenue Henri Poincaré 50100 Cherbourg Octeville.

Entraînement de 10h30 à 12h00.

Transport en minibus à la piscine de la Butte à Cherbourg Octeville. Pique-nique fourni par la famille.

Entraînement de 13h30 à 15h30. Gouter fourni par le Comité Départemental.

Fin à 16h00 et prise en charge par les familles.

Sportivement.

Eric Touzé

Président du Comité de la Manche