



## Bilan du regroupement 77 Benjamins - 9 février 2025

piscine de Lagny

33 nageurs, issus de plusieurs clubs (Pontault, Provins, Val d'Europe, Fontainebleau, Nangis, Vaires, Mitry, Claye Souilly, Emerainville, Savigny, Combs, Meaux, Coulommiers et Lagny) étaient présents à cette action.

Au programme, mise en place d'une séance de 2 heures sur la thématique « parties non nagées » pendant la première demi-heure. En parallèle les nageurs ont été pris en charge par mes soins pour leur présenter les attentes du Département sur cette saison, à savoir la coupe des départements le 8 juin avec en vue la qualification au championnat de France en décembre.

Pour y arriver, une présélection sera faite d'ici les prochains jours afin de participer à un meeting courant avril. Et puis il y aura un second rassemblement, le samedi 10 mai 2025 (après-midi) à la piscine de Lagny.

Ensuite de 9h30 à 11h30, les nageurs se sont mis à l'eau pour l'entraînement établi par les coachs d'une durée d'environ 1 heure 30. Pour finir la séance, 2 ateliers ont été mis en place : virage dos et plongeon + reprise de nage brasse.

Pour conclure cette journée, nous avons procédé à un petit retour d'expérience, des nageurs et des entraîneurs, qui a été plus que positif.

Je tiens à remercier l'ensemble des clubs qui ont permis aux nageurs de participer à ce regroupement.

Aux entraîneurs présents (Thomas, Damien, Thibaut, Guillaume et Corentin) pour leurs investissements.

Merci à l'agglomération de Marne et Gondoire et à l'UCPA pour la mise à disposition pour cette manifestation. Et pour finir merci au staff du LSM Natation pour l'accueil.

Je vous donne rendez-vous sur les bords des bassins.

Nicolas Figueiredo  
ATD de Seine et Marne