

FORMATION CONTINUE DES ENTRAINEURS

Mardi 7 décembre 2021 de 9h à 12h à la Ligue AuRA de Natation

Merci de vous inscrire avant le mardi 30 novembre 2021.

Regards croisés : Natation et Aviron

La ligue AURA de natation propose aux entraîneurs qui le souhaitent une approche réflexive de l'entraînement en natation en s'intéressant à l'entraînement d'une discipline à la fois différente et proche, l'aviron.

Cette discipline cyclique qui se déroule en bassin et qui utilise l'eau comme masse d'appui pour faire la course a développé une méthodologie d'entraînement très efficace. Cette méthodologie a l'avantage d'avoir été formalisée très précisément. On peut dire que tous les athlètes de haut niveau s'entraînent selon les fondements de la méthode qui sont simples et solides.

La démarche d'entraînement trouve ses origines en 1980 en ex Allemagne de l'Est, elle a été importée en France par E. MUND (entraîneur en chef de la RDA). Cette méthode a permis après la chute du mur de Berlin de former dans d'autres pays des dizaines de champion(nes) olympiques.

Les entraîneurs du pôle France de Lyon qui entraînent 2 champions olympiques et 2 vice-championnes olympiques à Tokyo viendront à la ligue nous exposer cette méthode d'entraînement en bateau et à sec ainsi que les fondements sur lesquels elle s'appuie et échanger avec vous.

Je pense que le sujet devrait vous plaire et vous intéresser.

Marc BEGOTTI