



## COMITE DEPARTEMENTAL DE NATATION RHONE – METROPOLE DE LYON

### Sélection Avenirs du Comité départemental de natation Rhône-Métropole de Lyon

#### 1. Mode de Sélection :

Cette Sélection est réservée aux nageurs (ses) de la catégorie Avenirs (filles 11 ans et moins, garçons 12 ans et moins) :

-Avenirs Filles : nées en 2012 et après

-Avenirs Garçons : nés en 2011 et après

La sélection sera faite à partir des nageurs apparaissant au Ranking départemental du 100m 4 Nages, sur la saison en cours. Les 10 meilleures filles Avenirs et les 10 meilleurs garçons Avenirs formeront la Sélection de 16 nageurs et 4 remplaçants.

Les performances seront prises en compte jusqu'au Meeting Avenirs Joué Club de Villefranche, le dimanche 7 mai 2023.

La liste des sélectionnés sera publiée à la suite. Nous demandons aux clubs et aux entraîneurs de nous faire un retour avant le 20 mai 2023, de la participation ou non des nageurs, afin d'éventuellement repêcher des nageurs pour compléter les équipes.

#### 2. Regroupement :

Un regroupement sera organisé le vendredi 2 juin 2023. La compétition suivra sur le samedi 3 et le dimanche 4 juin, à Ambérieu. Nous garderons ainsi les nageurs sur le weekend complet

L'objectif de la journée de vendredi est de permettre et créer une cohésion de groupe au sein de la sélection. Nous organiserons une activité et un entraînement sur la journée du vendredi, afin de favoriser les échanges entre les nageurs. Un deuxième entraînement avant la compétition aura lieu le samedi matin. Les entraînements seront ludiques et permettront aux nageurs de se connaître les uns les autres, ainsi que travailler les relais.

Le rendez-vous se fera **sur le parking de la piscine de Meyzieu à 13h00 (horaire et lieu à confirmer).**

Prévoir une tenue de sport adaptée, son matériel d'entraînement, et suffisamment de maillots de bain et de serviettes pour le weekend.

#### 3. La Coupe Catherine Plewinski :

La compétition aura lieu les 3 et 4 juin 2023, à Ambérieu. Nous garderons donc les nageurs avec nous durant tout weekend.

A la fin du weekend, les parents pourront **recupérer les enfants sur le parking de la piscine de Bron, à 15h00 (horaire et lieu à confirmer).**



## COMITE DEPARTEMENTAL DE NATATION RHONE – METROPOLE DE LYON

Il s'agit d'une compétition par équipe Mixte de 8 nageurs : 4 Filles et 4 Garçons. Le Comité formera 2 équipes.

Chaque nageur (se) participera à 2 épreuves individuelles (un 100m parmi 100m Papillon, 100m Dos, 100m Brasse, 100m Nage Libre et le 100m 4 Nages pour tous) et à 2 relais (4x50 4N Mixte et 8x50m Nage Libre). Une nageuse et un nageur participeront obligatoirement sur les 100m de spécialité.

### **4. Autorisation parentale :**

Nous vous demandons de faire remplir par les familles concernées, pour tous les nageurs, l'autorisation parentale. Elle devra être remise aux responsables du regroupement à l'arrivée des nageurs à la piscine de Bron.

### **5. Listes de Nageurs :**

Les performances seront prises en compte jusqu'au Meeting Avenirs Joué Club de Villefranche, le dimanche 7 mai 2023.

### **[Equipe d'encadrement de la Sélection Avenirs du Comité du Rhône de Natation:](#)**

- **BOIRON-BOIREL Fabien (SAL Saint-Priest Natation)**
- **SALA Marie (Lyon Natation Métropole)**
- **BALLOUARD Cédric (Villeurbanne Natation)**