

ORGANISATION ADMINISTRATIVE ET FINANCIERE DU CLUB

Les frais de fonctionnement s'élèvent à 500 € pour la saison sportive. Dans la mesure du possible tous les nageurs seront licenciés au club des Dauphins cognaçais. Pour ces nageurs :

- les frais de compétition sont pris en charge à 100% par le club
- les frais de stage sont partagés avec les familles.

Pour les nageurs licenciés dans un autre club, tous les frais sportifs (compétition et stages) seront facturés au club ou à la famille.

INSCRIPTIONS

Seuls les nageurs retenus par le club seront intégrés par le lycée à la classe sport natation.

Un dossier d'inscription « club » sera envoyé aux nageurs candidats, chaque demande sera suivie d'un entretien et/ou d'une réponse écrite.

En cas de réponse favorable, les familles assurent l'inscription au lycée.

Pour tous renseignements, demandes d'inscriptions :

Guillaume MERLE,
Entraîneur du club, référent classes sportives à horaires aménagés

06.34.63.00.49

cognacnatation@live.fr



COGNAC
natation

**CLASSE A HORAIRES
AMENAGES NATATION**

LYcée JEAN
MONNET
Général - Technologique - Professionnel

Dans le cadre de son projet associatif, le club des Dauphins cognaçais souhaite poursuivre le développement de sa filière compétition. Après plusieurs années de reconstruction et des résultats sportifs de niveau national, le club propose, en partenariat avec le lycée Jean-Monnet, un aménagement scolaire dès la rentrée 2014

Le lycée libère les élèves de 11H à 14H le mardi, le vendredi et les compétitions, accompagne le club pour la mise à disposition des installations sportives sur le temps scolaire.

Le club assure l'organisation et l'encadrement des entraînements, le suivi sportif le bon déroulement des études.

L'objectif est de mener de front le double projet : scolaire avec l'obtention du baccalauréat et sportif à un niveau national.

VIE LYCEENNE :

La classe à horaires aménagés natation n'est pas compatible en seconde avec le choix de l'option LV3 espagnol ou des classes européennes anglais et espagnole.

Le dispositif se poursuit en classe de première et de terminale quelque-soit l'orientation choisie.

Les éventuels frais d'internat sont à la charge des familles.

En cas d'entraînement tardif, les internes auront la possibilité de prendre un repas chaud après le service du soir.

Attention, pas d'internat les vendredis et dimanches soirs.

Pour tous renseignements sur la vie lycéenne :

Daniel Schermann,

Professeur EPS référent classes sportives à horaires aménagés

06.79.41.59.82 - daniel.schermann@yahoo.fr

VIE SPORTIVE :

Les nageurs qui souhaitent s'engager dans ce projet doivent au minimum être de niveau interrégional :

- série inter région
- ou qualifié aux championnats interrégionaux 25m
- ou qualifié aux championnats de France N2

Stage à chaque période de vacances scolaires.

Programme sportif individualisé en fonction du niveau de série et de qualification.

PROGRAMME D'ENTRAINEMENT HEBDOMADAIRE :

Entraînements piscine : (programme à individualiser)

- Lundi: 19H00 - 20H30
- Mardi: 11H00 - 12H30 + 18H30 - 20H30
- Mercredi: 15H00 - 16H30
- Jeudi: 18H45 - 20H15
- Vendredi: 11H00 - 12H30 + 18H30 - 20H30
- Samedi : 13H30 - 15H15

Préparation physique générale et musculation :

- Mercredi 17H – 18H30
- Vendredi 17H – 18H30