



**PAYS D'AIX
NATATION**

**SECTION
NATATION
COURSE**

GROUPE PASS-COMPETITON

**Catégorie Avenir
SAISON 2020 - 2021**

ENTRAINEURS: Nicolas DUPRE

Nombre de séances disponibles : 2

Nombre de séances obligatoires : 2

CATÉGORIE : Filles 2011 et Garçons 2010 et après

ENGAGEMENTS : participer à tous les entraînements.

OBJECTIFS : réussir le Parcours Avenir et entrer dans la compétition.

COMPÉTITIONS: participer au Parcours Avenir qui comprends 9 épreuves technique et non chronométrées, en réussir 5 pour valider son Parcours Avenir. Participer aux compétitions Avenir.

TENUE : short, teeshirt et bonnet du club sont obligatoires pour les compétitions

VACANCES SCOLAIRES : entraînements proposées

MATÉRIEL OBLIGATOIRE : 1 planche – 1 pull-boy –1 paire de palmes – 1 tuba frontal – 1 gourde.

POUR TOUTES ABSENCES : merci de prévenir les entraîneurs en avance.

ENTRAINEMENTS

MERCREDI	Natation	9h – 10h	PYB
SAMEDI	Natation	11h –12h	VEN

