



LA LETTRE du CADRE TECHNIQUE

INTERREGION SUD EST

Décembre 2008 - N°1



EDITO

Vous vous posez certainement tous cette question : pourquoi la lettre du cadre technique ? Cette idée m'est venue suite à la rencontre des 29 & 30 novembre dernier avec les président(e)s des commissions sportives régionales à Bagnolet où je me suis aperçue combien la communication faisait encore parfois défaut dans notre fonctionnement.

Ce document n'a pas la prétention d'être parfait, il est un moyen pour moi de faire le lien avec vous et de rappeler quelques informations de premier ordre.

Cet outil est également à vous et doit permettre, par mon intermédiaire, de diffuser et partager des informations sur les actions entreprises dans vos régions. Je mesure la somme de travail effectuée quotidiennement par bon nombre d'entre vous, surtout depuis la mise en place des nouveaux programmes et je souhaiterais vous donner la possibilité de partager vos expériences et astuces du moment.

Alors, à nous de jouer !

Delphine MARECHAL,
CTS en charge de l'interrégion SUD EST

ACTUALITES

Le CLASSEMENT NATIONAL des CLUBS

Ce classement dépend de 2 facteurs : 1) le nombre de licenciés dans le circuit de compétition et 2) du mérite des résultats obtenus lors des compétitions.

CLASSEMENT	INTERREGION	NOMBRE DE COMITES CONSTITUANTS	NOMBRE DE NAGEUSES CLASSEES	TOTAL POINTS
1	SUD EST	6	2 408	2 023 567
2	OUEST	4	1 408	1 041 689
3	NORD EST	7	1 355	963 012
4	ILE DE France ET DOM TOM	3	1 626	889 457
5	SUD OUEST	4	1 020	730 754

Ci-dessous, le classement des régions composant l'Inter région :

CLASSEMENT	COMITE	NOMBRE DE NAGEUSES CLASSEES	TOTAL POINTS
2	PROVENCE	801	784 471
4	LYONNAIS	441	453 105
6	LANGUEDOC ROUSSILLON	280	402 856
10	DAUPHINE-SAVOIE	360	193 032
13	COTE D AZUR	383	117 178
18	AUVERGNE	143	72 926

Sur 176 clubs classés au classement national des clubs, 50 clubs classés de l'Inter région.

Certains clubs ne se sont encore pas « déclarés » dans la démarche du classement des clubs, et pas des moindres. Pour exemple : Hyères NS. Le potentiel de nombre de nageuses/clubs classé(e)s pourrait donc évoluer.

Les « Top 10 » :

Au classement national sur l'épreuve individuelle 08 : 1^{er} AIX, 6^{ème} St CYPRIEN, 7^{ème} LYON, 9^{ème} SETE !

Au classement national sur l'épreuve de Ballet 08 : 1^{er} AIX, 4^{ème} St CYPRIEN, 5^{ème} LYON, 9^{ème} SETE !

Au classement national pour l'évaluation des jeunes 08 : 3^{ème} St CYPRIEN, 6^{ème} LYON, 9^{ème} ECHIROLLES !

Au classement national pour la Catégorie Benjamine 08 : 3^{ème} AIX, 7^{ème} St CYPRIEN, 8^{ème} LYON, 10^{ème} MARIGNANE !

Au classement national pour la Catégorie Minime 08 : 2^{ème} AIX, 3^{ème} St CYPRIEN, 5^{ème} LYON, 8^{ème} SETE !

Au classement national pour la Catégorie Junior 08 : 1^{er} AIX, 3^{ème} LYON, 6^{ème} St CYPRIEN, 7^{ème} MARSEILLE, 8^{ème} SETE !

Au classement national pour la Catégorie Senior 08 : 1^{er} AIX, 5^{ème} St CYPRIEN, 8^{ème} LYON !

Le SOCLE de FORMATION

Les premières compétitions du socle ont eu lieu !

Et que d'émotions ! Parfois pas celles que nous attendions ! Le constat, partagé par l'ensemble des régions, est un nombre conséquent d'échec à chaque session. Pourquoi ?

- ✂ **Parce que la contrainte est forte.** Le niveau d'exigence demandé est élevé et cela nécessite du temps pour transformer nos nageuses. Ceci pour interroger nos pratiques d'entraîneurs et d'éducateurs. Ces nouveaux programmes amènent forcément une approche différente, plus complète dans la démarche pédagogique. Donnez vous du temps !
- ✂ **Parce que les contenus des épreuves ne sont pas encore assimilés par les entraîneurs et nageuses.** Beaucoup de nageuses se sont retrouvées en situation d'échec ou d'élimination par faute de méconnaissance des épreuves : problème de distance sur les parcours propulsions, découverte de l'importance de la note fondamentale dans l'évaluation de l'épreuve, etc...
- ✂ **De par le positionnement de certaines nageuses.** Certains clubs ont revu à la baisse le positionnement de leurs nageuses compte tenu du niveau requis sur les nouvelles épreuves. Ce n'est pas forcément le cas pour tout le monde. Il est vrai qu'il existe un différentiel non des moindre entre le niveau actuel et le niveau attendu. Il peut être bon de revoir le positionnement de certaines de vos nageuses (au vue des difficultés que vous rencontrez) afin de les placer en situation de réussite.

Après chaque compétition de socle, je vous (juges-arbitres des compétitions) demanderai de me faire parvenir les résultats dans la semaine à l'adresse suivante : marchal-delphine@orange.fr. ainsi que le fichier excel.

Je vous demanderai de bien vouloir compléter le document (fichier Excel ci-joint à celui-ci) après chaque compétition de socle et de renseigner les items. Ce document de synthèse vous donne la possibilité de vous exprimer et de me faire part des difficultés rencontrées lors de vos compétitions.

Gestion des compétitions :

Lionel Muller a concocté un logiciel de traitement de cette compétition : NARVAL. Il est disponible et libre d'utilisation par tous les comités. Pour le télécharger, il suffit de vous rendre sur le portail EXTRANAT.

Le Comité d'Ile de France a conçu un document Excel qui permet de synthétiser les résultats des nageuses et de permettre à celles-ci (et à leurs entraîneurs) d'apprécier leur évaluation. Sur ce fichier, au travers des relevés de note, les nageuses peuvent identifier leur manque et/ou leur qualité épreuve par épreuve. Ce document sera diffusé à l'ensemble des régions si elles souhaitent l'utiliser.

Il existe également des fiches de socle pour la gestion de la compétition. Cet outil est également à votre disposition. Elles sont téléchargeables sur le site fédéral.

A VOUS DE CHOISIR !

LOS CHPTS d'HIVER ELITE

AIX en PROVENCE – du 12 au 14 décembre 2008

Ce Championnat d'Hiver regroupait les meilleures nageuses françaises des 3 catégories d'âge (Seniors/ Juniors/ Espoirs) sélectionnées à partir des résultats des NI 2008, d'où le nom de Championnat « Elite ».

L'inter région Sud Est était fort bien représentée dans chaque catégorie d'âge puisque :

- **En Seniors** : 11 clubs dont Aix Natation, Bouc Bel Air NC, Dauphins de Firminy, Hyères NS, Lyon aqua synchro, Marseille Dolphin, Monaco AS, Roquebrune Cap Martin NS, Saint Cyprien, Saint Martin de Crau NS et Sassenage Seyssinet.
- **En Juniors** : 6 clubs dont Aix Natation, Hyères NS, Lyon aqua synchro, Marseille Dolphin, Saint Cyprien et Sète Dockers club.
- **En Espoirs** : 7 clubs dont Aix Natation, Echirolles NC, Hyères NS, Lyon aqua synchro, Nîmes NC, Saint Cyprien et Sète Dockers club.

Résultats :

Chez les Seniors

SOLO 20 soli dont 11 issues de l'inter région Sud Est. Podium entièrement aux couleurs du SUD.

1. Sara LABROUSSE	Hyères N.S	79.833
2. Chloé WILLHEM	Firminy Dauphins	79.333
3. Sophie POTEL	Monaco AS	78.500

ELEMENTS TECHNIQUES 22 nageuses dont la moitié sont du Sud Est. Podium :

1. Chloé WILLHEM	Firminy Dauphins
2. Apolline DREYFUSS	Strasbourg B.N
3. Lila MEESEMAN-BAKIR	Aix Natation

Chez les Juniors

FIGURES IMPOSEES 61 nageuses dont 36 issues de l'inter région Sud Est. Podium :

1. Chloé KAUTZMANN	Strasbourg B.N	75.167
2. Maïté MEJEAN	Aix Natation	74.032
3. Margaux CHRETIEN	Angers N.S	73.833

SOLO (Combiné- Finale) 30 soli dont 14 appartiennent à des clubs de l'inter région. Podium :

1. Maïté MEJEAN	Aix Natation	77.849
2. Chloé KAUTZMANN	Strasbourg B.N	77.250
3. Margaux CHRETIEN	Angers N.S	76.417

Chez les Espoirs

FIGURES IMPOSEES 68 nageuses dont 39 issues de l'inter région Sud Est. Podium :

1. MaëliSS ROUX	Aix Natation	71.276
2. Lisa RICHAUD	Aix Natation	69.256
3. Laurie SOLON	Angers N.S	68.824

BRAVO à TOUTES LES NAGEUSES et à LEURS ENTRAÎNEURS !

Les résultats complets seront téléchargeables sur le site de la FFN.

Vous trouverez le compte rendu technique de cette compétition dans un dossier annexe qui sera diffusé aux comités régionaux dès sa finalisation.

FORMATIONS

N'oubliez pas de me communiquer les actions de formations mises en place dans vos régions.

Calendrier des formations mises en place dans l'interrégion pour le mois de JANVIER :

Celles dont j'ai connaissance Il se peut qu'il y en ait d'autres, je vous renvoie sur les sites régionaux.

- ⌘ Le mercredi 7 janvier 2009. Formation sur l'épreuve combiné en Côte d'Azur. Intervenante : Delphine MARECHAL.
- ⌘ Les 10 & 11 janvier 2009. Formation DANSE – Cycle I. Intervenante : Catherine BUTE, auteur de la variation du socle acquisition. Public visé : les entraîneurs de la zone Sud de l'inter région SUD EST (Comités Languedoc- Roussillon, Provence et Côte d'Azur). Lieu : Saint Laurent du var. Limité à 25 places. Prendre contact avec l'ERFAN côte d'azur : beesan.nat.ca@wanadoo.fr
- ⌘ Les 17 & 18 janvier 2009. Formation DANSE – Cycle I. Intervenante : Isabelle MARNAS, professeur de danse. Public visé : Les nageuses des clubs du DAUPHINE SAVOIE. Prendre contact avec Nathalie BLIN.

EVENEMENTS A VENIR :

Les Journées Techniques d'HIVER – N3 à ISTRES.

Lors de cette compétition, je me tiens à votre entière disposition pour analyser vos chorégraphies.

Un temps dans la compétition sera prévu pour vous restituer en entretien collectif (ou individuel selon la demande) les remarques sur les épreuves passées. Pour le bon fonctionnement, je vous demanderai de vous pré-inscrire auprès de moi directement de façon à me permettre de cibler cette observation et d'organiser les retours.

Un compte rendu technique écrit sera aussi réalisé. Il sera diffusé par mail, les jours suivants.

INFOS DIVERSES

Complément d'informations sur les compétitions de l'année :

La finale du socle

Vendredi 5 juin (soirée) ou samedi 6 juin 2009

Une épreuve individuelle pour les nageuses (nées entre 1995 et 1998) qui auront validé leur cycle 2 [formation], a été ajoutée lors des N3 sur les 2 figures obligatoires minimales et le parcours propulsion ballet dans la même lignée que la finale « Eval Jeune ».

A SAVOIR : Concernant la saison 2009-2010, il a été proposé d'ajouter une finale pour les nageuses âgées de 10 à 12 ans qui seront en cycle 2 [Développement] sur les épreuves de figures imposées minimales.

INITIATIVES « PRIVEES » :

La rencontre pour les nageuses de FINA National à St Cyprien

Dimanche 22 mars 2009

Etape de préparation sur les épreuves libres pour le championnat de France National d'été pour toutes les catégories d'âge. Cela concerne tous les clubs de l'inter région qui ont un ballet sélectionné sur ces championnats. Un programme prévisionnel vous sera diffusé très prochainement avec demande de pré-engagement de façon à permettre aux organisateurs de finaliser la rencontre.

La rencontre pour les nageuses de FINA Elite à Hyères

Samedi 14 mars 2009

Même chose que précédemment sur le championnat élite d'été. Seules les épreuves libres par équipe sont prévues.

URGENT ! Recherche de lieux de stages :

Stage Février zone SUD (Comités du Languedoc, Provence et Côte d'Azur)

Je suis à la recherche d'un lieu de stage pour la période du 23 au 25 février pour mon stage de zone, regroupant 16 nageuses issues du socle cycle 2. Ce stage est ouvert aux entraîneurs qui sont désireux de se former. Il me faut donc un hébergement en pension complète pour 20 personnes ainsi que 2 créneaux d'entraînement par jour dans l'eau et quelques séances en salle.

LISTING DES DOCUMENTS DIFFUSES DERNIEREMENT

Documents écrits (disponibles auprès de votre Président de Commission régionale ou bien sur le site de votre comité) :

1. Les Comptes Rendus et PPT du Colloque National sur la nouvelle réglementation.
2. Compte rendu Technique du Championnat Hiver Elite 2008.

DVD :

A commander par la FFN :

1. le DVD des épreuves du socle.

Contactez Delphine par mail, marchal-delphine@orange.fr si vous souhaitez obtenir :

1. Les DVD des Europe Juniors 2008 (Angers)
2. Les DVD des Europe Seniors 2008 (Budapest)
3. Les DVD des JO 2008 (Pékin)
4. Le DVD de la COMEN 2008 (Israël)
5. Le DVD sur la préparation physique générale.

Intéressant à voir sur Internet :

1. Une pub avec les nageuses Espagnoles http://www.burbujasfreixenet.com/video_eng.htm
2. Un clip sur la synchro au boulot ! http://fr.youtube.com/watch?v=CKpVQ9CT_IQ

BONNES FETES DE FIN D'ANNEE A TOUS !