

## ENTRAINEURS



### GUILLAUME VAUPRE

COACH DES 6<sup>e</sup> 5<sup>e</sup>

DIPLÔME BPJEPS AAN + Moniteur sportif

(Pouvant entraîner des nageurs de niveau régional)

### DAVID VAUPRE

COACH DES 4<sup>e</sup> 3<sup>e</sup> ET DE LA SECTION LYCEE

DIPLÔME DEJEPS NATATION COURSE

(Pouvant entraîner des nageurs de niveau national)

Des entraîneurs et des enseignants d'EPS  
coordonnateurs des sections sportives, attentifs et  
à l'écoute des nageurs.

La motivation et l'engagement du nageur dans  
son projet sportif et scolaire sont la clé de leur  
réussite.



## CONTACTS



### Collège J.F Kennedy

11 Boulevard d'Anjou  
72 700 ALLONNES

Téléphone : 02 43 80 78 10  
Courriel : ludovic.danilo@ac-nantes.fr  
Site internet : clg-jfkennedy.sarthe.e-lyco.fr



### Lycée André Malraux

3 Rue de beau soleil  
72 700 ALLONNES

Téléphone : 02 43 39 28 50  
Courriel : karine.pinsard@ac-nantes.fr  
Site internet : malraux.paysdelaloire.e-lyco.fr/

## CLUB PARTENAIRE



### JSA NATATION

Piscine municipale  
Avenue du 19 mars 1962  
72 700 ALLONNES

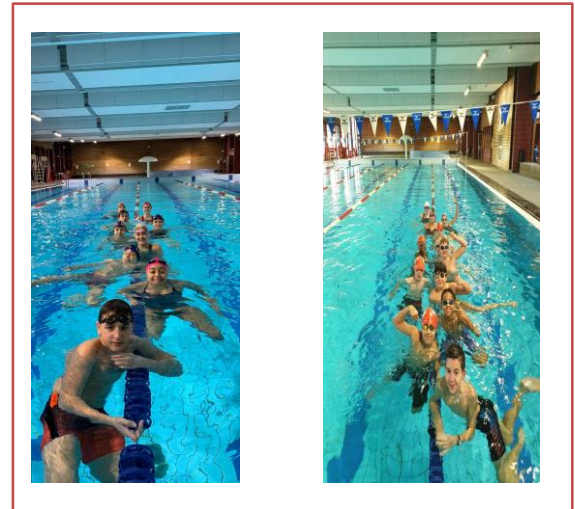
Téléphone : 02 43 23 24 90 (répondeur)  
Courriel : jsa.natation@yahoo.fr  
Site internet : jsanatation.wixsite.com/allonnes  
Facebook : www.facebook.com/JSAnatation

# DEUX SECTIONS SPORTIVES NATATION à ALLONNES

SECTION D'EXCELLENCE  
SPORTIVE  
COLLEGE J.F KENNEDY

----

SECTION SPORTIVE SCOLAIRE  
LYCEE ANDRE MALRAUX





## COLLEGE J.F KENNEDY

Coordonnateur Mr Danilo Ludovic  
Professeur agrégé d'EPS du collège

SECTION d'EXCELLENCE SPORTIVE **NEW**

La piscine est située à 5 minutes à pied du collège

### Organisation (CRENEAUX SUR LE TEMPS SCOLAIRE)

JOURS	6e	5e	4e	3e
LUNDI	16H-17H30	16H-17H30	8H-9H15 / 18H30-20H	8H-9H15 / 18H30-20H
MARDI	17H-17H45 PPG 18H-19H	17H-17H45 PPG 18H-19H	16H-17H30	12H-13H MUSCU / 16H-17H30
MERCREDI	Options	17H-18H	18H-19H30	18H-19H30
JEUDI	17H-17H45 PPG 18H-19H	17H-17H45 PPG 18H-19H	16H-17H30	16H-17H30
VENDREDI	16H-17H30	16H-17H30	18H-18H40 PPG 18H40-20H15	8H-9H15 / 18H-18H40 PPG 18H40-20H15

### Effectifs 2022-2023 (2 groupes):

- 22 élèves (10 en 6<sup>e</sup> 5<sup>e</sup> et 12 en 4<sup>e</sup> 3<sup>e</sup>)

Nos nageurs évoluent dans 2 lignes d'eau ce qui permet de pratiquer dans d'excellentes conditions

### Résultats 2019-2022

- 1 Triple médaillés aux Francs Jeunes dont 1 titre sur 200 Brasse
- 1 médaillés aux Francs Jeunes Handisport
- 1 Finaliste A aux Francs Jeunes
- Collège champion départemental UNSS et 2<sup>e</sup> de la région PDL, 7<sup>e</sup> aux France UNSS
- 100% de réussite au DNB et une orientation post 3<sup>e</sup> réussie pour les nageurs

### Inscriptions :

- UNSS 18€
- Club FFN, JSA Natation 150€

**PRESENTATION** : Mercredi 1 février au Collège Kennedy

**PORTE OUVERTE** : Vendredi 10 mars 17h-19h

**TEST DE SELECTION** : Lundi 03 avril à 18H15

## LYCEE ANDRE MALRAUX

Coordonnatrice Mme Gratien Karine  
Professeur certifié d'EPS du Lycée

**NEW** Ouverture officielle en septembre 2020

La piscine est située à 10 minutes à pied du Lycée

### Organisation (CRENEAUX SUR LE TEMPS SCOLAIRE)

- **Lundi** : 8h-9h45 et 18h30-20h
- **Mardi** : 18h-18h40 PPG et 18h40-20h15
- **Mercredi** : 11h30-13h et 18h-19h30
- **Jeudi** : 18h-18h40 PPG et 18h40-20h15
- **Vendredi** : 7h30-9h45 et 18h-18h40 PPG et 18h40-20h15

Soit une possibilité de 8 séances par semaine avec la Jsa Natation

### Effectifs 2022-2023

- 11 élèves (6 seconde / 4 première / 1 term)

- Nos nageurs évoluent dans 5 lignes d'eau le matin et 2 lignes d'eau le mercredi ce qui permet de pratiquer dans d'excellentes conditions

### Résultats 2020-2022

- 1 Triple médaillés aux France Juniors dont 1 titre sur le 50 brasse
- 1 Champion de France Jeunes en Handisport
- Multiples participants et podiums au Championnat Inter-région
- Multiples participants et podiums au Championnat Régional

### Inscriptions :

- UNSS 22€
- Club FFN, Jsa Natation 170€ ou 250€ selon le nombre d'entraînements

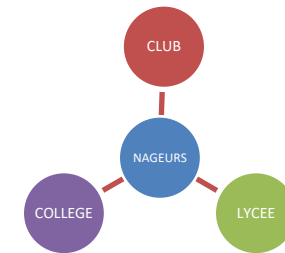
**PRESENTATION** : Mardi 28 février à la piscine

**PORTE OUVERTE** : Samedi 4 mars

**TEST DE SELECTION** : Vendredi 14 avril à 18H15

## ...DES OBJECTIFS COMMUNS

### Le Sportif au cœur du projet



### FAVORISER LA REUSSITE SCOLAIRE ET SPORTIVE DES ELEVES

- Un suivi scolaire individualisé
- Un aménagement des emplois du temps

### CONSTITUER UN GROUPE A ORIENTATION COMPETITIVE

- Des entraînements sur le temps scolaire en complément des entraînements de club.
- Des séances de Préparation Physique Spécifique en plus des entraînements, selon les besoins individuels.
- Travail personnalisé à partir d'analyses vidéos
- Cohésion de groupe

### LES ACTIONS PARALLELES

- Un Tee-shirt offert aux couleurs de la section
- Des interventions en diététique sur l'hydratation et l'alimentation du sportif
- Déplacement aux Championnats de France N1
- Des interventions individuelles en préparation mentale
- Formation officiel FFN et UNSS

Venez nous rejoindre... et jetez vous à l'eau !