

L'ACP AU CHAMPIONNAT DE FRANCE

AVIRON CLUB DU PONANT - LA GRANDE-MOTTE



LES COULEURS DU CLUBS BRILLET SUR LES PODIUMS !

Les qualifications pour les championnats de France se sont déroulé du 22 au 24 mars à Cazaubon. **Lou s'est qualifié**, elle à représenté le club au Championnat de France Bateaux Courts à Cazaubon, du 5 au 7 avril.

Lou à décroché la 1ère place de la finale C, soit une 13ème place au général ✨.

Une progression remarquable par rapport à sa 22ème place de l'année dernière.

Un immense bravo à elle ! ●●●



AU PROGRAMME

- Compétitions et résultats
- Journée cohésion
- Record de France pour Nathan
- Rando des voisins au MUC
- My Sport Session

COMPÉTITIONS & RÉSULTATS

Depuis Janvier, nos jeunes ont participé à plusieurs compétitions et stage. Les plus jeunes étaient présent sur plusieurs rassemblements, à Sète, au Salagou et pour certains à Fenouillet.

Les J15-J18 eux, étaient à Fenouillet du 9 au 10 mars et à Cazaubon pour les qualifications aux Championnats de France, du 22 au 24 mars.

Bravo à tous pour leurs très bons résultats et leurs implications.



Fenouillet

1xJ18F
🏆 Lara
4ème Final A Solenne

2-J16H
🏆 Mathis

2-J16F
🏆 Naomi & Jeanne

1xJ16H
4ème Final A Enzo

Inter CD
Manon est qualifié pour le match des Ligues

Cazaubon

1xJ18F
🏆 Lou

2-J16F
5ème Final B Naomi & Jeanne

2-J16H
🏆 Final B Mathis



Salagou

🏆 4x+J14H

4ème 2xJ14H



Mathis, Naomi, et Lou ont participé au stage de zone du 17 au 20 février à Saint-Nicolas en vue de préparer la RS1. Super expérience pour nos jeunes ainsi que pour notre coach Nathan.



Suite aux bons résultats de Mathis, Naomi et Jeanne, à Cazaubon. Ils sont sélectionnés pour le stage de Zone d'avril afin de préparé la RS1.

Nathan à battu un record de France !

Début janvier, notre entraîneur Nathan s'est rendu à Paris pour le championnat de France Indoor. Il à décroché un nouveau titre en battant le record de France, 395 mètres en 1 minute.

RANDONNÉE AU LAC DU SALAGOU



Le 14 février, les J15-J18 ainsi que quelques J14 ont été réuni au Lac du Salagou pour faire une randonnée cohésion. Ce fut une très belle journée ensoleillé et remplie de sourire !

LA RANDO DES VOISINS AU MUC



 **My**
sport session



AVIRON
C l u b
DU PONANT



STAGE

DECOUVERTE

VACANCES DE PAQUES

09
AU 12
AVRIL

LA GRANDE-MOTTE
4 DEMI JOURNEES
13 h 30 - 16 h 30

80€ : Enfants
100€ : Adultes

