

CREPS Poitiers
Stage Départemental
Natation artistique (25 au 29 Août 2021)



CREPS Poitiers
Stage Départemental
Natation artistique

Présentation des nageurs

Présentation des encadrants

Présentation du stage

CREPS Poitiers
Stage Départemental
Natation artistique

Présentation des nageurs :

Maëwenn, Edana, Lilou B, Erine, Zoé, Monna,
Maëlig, Milian, Marion, Lylou K, Maëlle, Alana,
Yulizh, Fantig et Sophie



CREPS Poitiers

Stage Départemental

Natation artistique

Présentation des encadrants :

- Peter, préparateur physique
- Elena, entraîneur artistique
- Maryline intendance et organisation



CREPS Poitiers

Stage Départemental

Natation artistique

Présentation du stage :

- Projet sportif

- Temps sportifs

Projet sportif

- Cohésion d'équipe
- Entraide
- Autonomie
- Travailler la souplesse
- Renforcement musculaire
- Ré entraînement à l'effort
- Renforcer les acquis
- Acquérir des techniques de natation artistique

Temps sportifs

- 4 heures de piscine par jour
- 45 minutes de danse par jour
 - 45 minutes de PPG pure
 - 2 à 3h de sports collectifs



Mais aussi du plaisir....





Notre cri de guerre "l'abricot"



Si on devait le résumer...

Les nageurs ont été exceptionnels. Nous sommes repartis riches des rencontres faites pendant ces 5 jours.

Ils ont eu la chance de nager aux côtés de l'équipe de France jeune de natation artistique qui était en préparation pour les championnats européens (où ils ont brillé d'ailleurs, merci les frites du CREPS...)

Un échange avec un club de Tours également a été réalisé afin d'apprendre d'autres techniques d'entraînements et améliorer nos capacités d'adaptation.

Enfin et surtout, merci aux nageurs briochins et lannionnais, une cohésion d'équipe magique qui a fait que le stage soit une réussite!!!