

LETTRE D'INFORMATIONS MAI 2022

Chers adhérents,
Madame, Monsieur,

Votre newsletter de Mai va se projeter résolument sur les semaines à venir avec trois évènements majeurs.

1. La compétition de retour à Rambouillet : Dimanche 12 juin 2022 :

Dimanche 12 juin, le NCR organise, en partenariat avec Rambouillet Territoires, au centre aquatique Les fontaines le 1^{er} Meeting de Rambouillet !

Ouverte aux Juniors et Seniors, la compétition verra s'affronter 400 nageurs particulièrement affutés à cette période de la saison où ils préparent les championnats régionaux et le championnat de France d'été.

Six mois après l'ouverture du Centre Aquatique Les Fontaines, c'est avec un grand plaisir que le NCR se prépare à ce retour de la natation de haut niveau à Rambouillet, prélude à de nombreuses compétitions dans les années à venir.



Fontaines

Dimanche 12 juin 2022 au centre aquatique Les

2. « J'apprends à nager » :

On le sait, la noyade est la principale hantise des parents en période estivale.

Les deux années que nous venons de traverser, avec la fermeture des piscines et l'impossibilité pour les écoles d'apporter cet apprentissage indispensable, n'ont rien arrangé, bien au contraire.



J'apprends à nager

Pour les enfants de 6 à 12 ans

Dispositif **GRATUIT**

Assurance obligatoire

Nombre de séances **10 x 1 heure**

Tout savoir sur « J'apprends à nager », informations et inscriptions sur : www.sports.gouv.fr/j-apprends-a-nager

NAUTIC CLUB RAMBOUILLET
36, rue des Fontaines
BP 90067
78515 RAMBOUILLET CEDEX

J'apprends à nager

POUR LES 6-12 ANS

www.sports.gouv.fr
www.ffnatation.fr

Chaque enfant qui entre en classe de 6^e doit savoir lire, compter, écrire... et nager !

Le dispositif national « J'apprends à nager » s'inscrit dans le cadre du plan interministériel « Aisance aquatique ».

Il permet aux enfants de découvrir le milieu aquatique et d'y évoluer en toute sécurité. Il s'adresse principalement aux enfants des quartiers prioritaires et des zones rurales.

Ce dispositif vise plusieurs objectifs :

- soprhender le milieu aquatique dès 4 ans ;
- savoir nager à l'entrée en 6^e ;
- pratiquer des activités aquatiques et nautiques en toute sécurité ;
- prévenir les noyades.

L'opération « J'apprends à nager » est financée par le ministère des Sports.

Deux formules d'apprentissage :

- 1 Acquisition de l'aisance aquatique pour les enfants de 4 à 5 ans.
- 2 Apprentissage de la natation pour les enfants de 6 à 12 ans.

- Le stage se déroule pendant les vacances scolaires, le week-end ou lors des temps périscolaires ;
- La durée minimum est de 10 heures et peut être divisée en séances de 30 minutes à 1 heure selon le niveau et l'âge des enfants ;
- Le groupe est composé de 15 enfants maximum ;
- À l'issue du stage, le passage du test Sauv'nage est proposé aux pratiquants de 6 à 12 ans uniquement, afin de valider leurs compétences.

C'est pourquoi le NCR en partenariat avec la FFN est heureux de proposer à nouveau, après la parenthèse Covid, cette opération qui avait connu à l'époque un grand succès :

« J'apprends à nager ».

Elle s'adresse à tous les enfants de 6 à 12 ans ne sachant pas nager et non licenciés à la FFN et se déroulera à raison d'une séance d'une heure par jour pendant 10 jours :

du vendredi 8 juillet au vendredi 22 juillet (sauf le jeudi 14 juillet).

Deux informations importantes : Les enfants doivent avoir 6 ans révolus à la date de début de stage et ne pas avoir plus de 12 ans et cette opération est entièrement gratuite !

Les places étant limitées, les enfants inscrits devront s'engager à **venir tous les jours sans exception**. Les horaires seront précisés prochainement.

Les cours seront dispensés par Sylvain et Julien.

Pour s'inscrire, il conviendra d'envoyer un mail à l'adresse suivante secretariat.ncrambouillet@gmail.com à partir de 09H00 le mercredi 01 juin 2022.



Nautic Club Rambouillet

Sports Aquatiques – www.ncrambouillet.com

Inutile de téléphoner pour réserver une place, l'inscription ne sera pas prise en compte.

Attention : les inscriptions se feront dans l'ordre d'arrivée des mails.

Inutile de nous envoyer un mail dès maintenant : tout mail reçu avant la date et l'heure prévues sera éliminé.

Pour les enfants non retenus cet été, une nouvelle session est prévue aux vacances de la Toussaint. Il faudra alors renouveler votre demande à une date qui vous sera indiquée ultérieurement.

3. Inscriptions pour la saison 2022-2023 :

Nous mettons en place les inscriptions pour la saison prochaine.

A ce titre, nous avons entendu vos récriminations et avons donc décidé de changer de système d'inscription.

Cela se fera toujours en ligne mais avec un nouveau partenaire pour, au final, une expérience simplifiée et intuitive pour les adhérents.

Les adhérents actuels (**càd ceux licenciés au NCR en 2021-2022**) auront la possibilité de se réinscrire en priorité, du mercredi 01 juin au mercredi 15 juin 2022. Si vous avez des impératifs de créneaux horaires, ne tardez pas à vous inscrire.

Puis, à compter du jeudi 16 juin 2022 les inscriptions s'ouvriront à tous. Vous ne serez plus prioritaire.

Attention :

Afin d'être identifié le 1^{er} juin comme ancien adhérent, il faudra vous inscrire sur cette nouvelle plateforme d'inscription avant le dimanche 29 mai. Grâce à cette pré-inscription, vous serez reconnu le 1^{er} juin comme ancien adhérent et vous pourrez vous inscrire en toute tranquillité.

Pour vous inscrire, il vous suffit de copier ce lien : <https://nauticclubrambouillet.comiti-sport.fr/>



Crédits photos:KMSP/S.Kempinaire

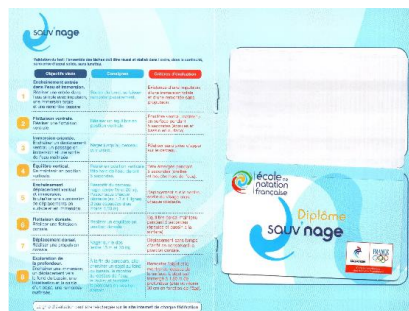
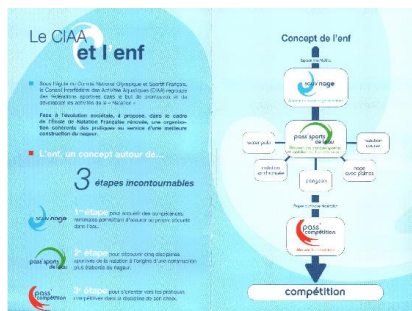
4. Parents et ados « Nagez en famille » :

Mis en place cette année, « Nagez en famille » permet à des parents de nager avec leur adolescent. Il s'agit d'un créneau « adultes » sur lequel les parents peuvent inscrire leur (s) adolescent (es) et ainsi partager leur sport en toute complicité mais pas sans une petite rivalité qui poussent chacun à faire toujours mieux.



5. Sauv'Nage :

Certains ENF ont passé avec succès le Sauv'Nage. Pour les autres, une nouvelle session sera mise en place avant la fin de l'année.



6. Compétiteurs :

- **Stage pendant les vacances de Pâques :**

Programme chargé pendant le stage des Avenirs et Jeunes : deux séances quotidiennes en bassin, travail à sec au gymnase et, très important, gros boulot au bowling et au jungle laser !



Au final, leur entraîneur, Julien, est très satisfait de l'investissement de tous (et pas qu'au bowling) et se montre très optimiste quant aux compétitions à venir.

Même travail en profondeur chez les Juniors et Seniors, le bowling en moins. Là aussi, la fin de saison s'annonce passionnante entre meetings et championnats (Rambouillet, Ile de France et France).

- **24 médailles et 12 titres pour le NCR aux championnats des Yvelines samedi 15 et dimanche 16 mai :**

24 podiums dont 12 titres ! Une pluie de médailles ce week-end pour le NCR.

Le stage pendant les vacances a porté ses fruits.

Le travail régulier, l'investissement des nageurs a été récompensé pour la plus grande satisfaction des entraîneurs.

Bravo à tous !



Un bravo particulier à Sarah et une pensée pour Auréliane blessée juste avant les championnats. Sarah a repris le flambeau et remporté les trois distances du dos (ainsi que les deux relais Juniors 2.)

Autre grosse satisfaction avec Lison qui, elle, remporte les 50, 100 et 200 mètres nage libre (plus une deuxième place au 200 mètres Brasse et deux médailles en relais).



Plaisir aussi de voir titrés Louise sur 200 Brasse et Nils sur 200 dos.

Autres champions 2022 : Iman sur 200 nage libre (plus une 2ème place sur 400 nage libre et les relais) et Jazz sur 200 mètres pap (et une deuxième place sur 400 mètres nage libre, juste devant Nils).



Nautic Club Rambouillet

Sports Aquatiques – www.ncrambouillet.com

N'oublions pas les 4 médailles individuelles de Maeva en senior, les deux belles médailles de Sara sur 100 et 200 mètres nage libre.

Bref, un beau weekend pour le NCR.

Et enfin, la plus jolie histoire du week-end : Jeanne, stoppée net il y a trois ans par des problèmes de dos, une grosse opération et deux ans de pandémie, qui revient cette année à la compétition via la Section Sportive et qui non seulement prend toute sa part dans les deux victoires du relais junior mais qui va aussi chercher une troisième place au 100 pap.

Et, ça fait plaisir de la revoir en pleine forme.

7. Rappels :

Pour finir, quelques rappels toujours d'actualité :

- Les parents ne sont pas autorisés dans les vestiaires.

L'autonomie fait partie intégrante des apprentissages que l'enfant acquerra au cours de ses séances au NCR.

- Pour tous, n'oubliez pas de badger à l'entrée et à la sortie de vos entraînements : c'est important pour la piscine.
- Il reste encore des parents qui n'ont pas activé leur Pass +. Faites-le au plus vite si vous ne voulez pas en perdre le bénéfice (fin mai dernier délai) !
- Merci de ne pas prendre en voiture, moto, la voie « pompiers » pour déposer vos enfants ou accéder au parking du centre aquatique. C'est strictement interdit et dangereux.