



# STAGE DEPARTEMENTAL NATATION

Benjamines - Benjamins

**Puy L'Evêque - les 14 et 15 mai 2016**

Le Comité Départemental de Natation du Lot organise durant le week-end de Pentecôte un stage de perfectionnement réservé aux benjamines et benjamins de notre Comité.

Les nageuses et nageurs convoqués pour participer à ce stage devront être obligatoirement disponibles les 18 et 19 juin 2016, pour « une éventuelle sélection » à la Coupe de France des Départements qui se déroulera à Saint Junien (87).

La sélection définitive sera communiquée 1<sup>ère</sup> semaine de juin

## ORGANISATION DU STAGE

### PARTICIPATION

- ☞ Réponse par mail pour le samedi 30 avril 2016 au plus tard, à Ludovic Cournac
- ☞ [Lud.coucou@orange.fr](mailto:Lud.coucou@orange.fr)
- ☞ La nageuse ou le nageur doit être licencié oblitéré pour participer.

### HEBERGEMENT & RESTAURATION

- ☞ Couchage et restauration au Domaine de Mazières à Montcabrier (8kms de la piscine)
- ☞ Se munir d'un sac de couchage, et éventuellement d'un drap housse (lit de 90 cm)
- ☞ Nécessaire de toilette
- ☞ Linge de rechange
- ☞ Déplacements avec véhicules de la Communauté des Communes et le D.O.V.L.V

### LES ENTRAÎNEMENTS

- ☞ Rendez vous samedi 14 mai 2015 à 8 h 45 à la piscine de Puy L'Evêque
- ☞ Deux séances d'entraînement de 1 h 30 chaque jour
- ☞ Prévoir bonnet de bain et plusieurs maillots de bains et serviettes
- ☞ Fin du stage le dimanche 15 mai à 16 h 00

### ENCADREMENT

- ☞ Jean Marie Praneuf - MNS - D.O.V.L.V. PUY L'EVÊQUE
- ☞ Cédric Bourricaud - Entraîneur Cahors Natation
- ☞ Mailys Diala - Stagiaire- Saint-Céré Natation

### COÛT DU STAGE

- ☞ 50 euros par nageur
- ☞ Chèque de participation à l'ordre du CD46 natation à remettre le 1<sup>er</sup> jour du stage

## LISTE DES STAGIAIRES

### RAPPEL :

Confirmation pour la participation au stage, le samedi 30 avril dernier délai, ceci afin de pouvoir faire appel à une autre nageuse ou un autre nageur, merci.

### BENJAMINES

SALLE Lilou (2003)	C.N. DE FIGEAC
TAURAND Kelly (2003)	C.N. DE FIGEAC
GIL Anaya (2003)	CAHORS NATATION
LASNET Margot (2003)	CAHORS NATATION
PRIEST Lucy (2003)	CAHORS NATATION
ALBRECHT Célia (2003)	ESPADON SOUILLAC NAT.
MAILLARD Nina (2003)	ESPADON SOUILLAC NAT.
MATOSEVIC Axelle (2003)	ESPADON SOUILLAC NAT.
BEDUER Charlotte (2003)	GOURDON NATATION
FRANCOULON Pauline (2003)	GOURDON NATATION
LASSERRE Rose (2003)	GOURDON NATATION
COCHER Ines (2003)	ST CERE NATATION
PROENÇA Lola (2003)	ST CERE NATATION

### BENJAMINS

ADEL Fares (2004)	C.N. DE FIGEAC
BORNES Dorian (2003)	CAHORS NATATION
BOURRICAUD Antoine (2004)	CAHORS NATATION
GINESTET Corentin (2003)	CAHORS NATATION
GUERTIN Tom (2004)	CAHORS NATATION
PARREL Charles (2003)	CAHORS NATATION
BERNÈDE Mathis (2003)	D.O.V.L.V
JACQUES Antoine (2004)	D.O.V.L.V
MORENO David (2004)	D.O.V.L.V
BILLETAT Valentin (2003)	ESPADON SOUILLAC NAT.
POUSSOU Hugo(2003)	ESPADON SOUILLAC NAT.
CIPRES Tom (2003)	GOURDON NATATION
LAPARRO Arthur (2003)	JEUNESSE SPORTIVE GRAMAT