



Agenda du mois

- Mercredi 4 juin : entrainement compétition, Master et loisir à Rochefort
- Vendredi 13 juin : Portes ouvertes du club
- Dimanche 15 juin : Coupe de ligue avenir à Chalonnes
- Dimanche (après-midi) 22 juin : Compétition avenir à Vihiers
- Dimanche 29 juin : Compétition à Chalonnes sur Loire



Dates à retenir

- 5 juillet : Compétition à Rochefort-sur-Loire
- 7 et 8 juillet : Stage jeunes
- 17 août : Finales régionales individuelles à Rochefort sur Loire. Nous aurons besoin de vous ! Afin d'avoir connaissances des présences des bénévoles, merci de remplir le formulaire sur le site.



<https://www.racnotation.com>



Fil rouge Goldorac

Avant la grosse saison, Goldorac nous accompagne dans ce long week-end sportif pour être en pleine forme pour cette saison estivale qui s'annonce chargée, en espérant de bons résultats, performances, et le tout dans la bonne humeur.



Travaux Piscine

Un grand merci à tous les bénévoles pour la remise en beauté de notre piscine. Nous tenons également à remercier la mairie qui a été réactive pour les réparations et la mise en eau. Rendez-vous le 4 juin pour le premier entrainement dans ce bassin, toujours à 18h30 dans l'eau, jusqu'à fin juin.



Stage RAC à la mer

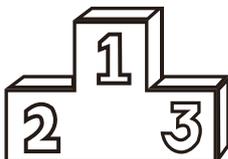
Du 28 mai au 1er juin a eu lieu la seconde du stage "adulte" à la mer. Comme l'année passée, nous étions à Brem sur Mer. Au programme, entrainements piscine, eau libre mais aussi course à pied, vélo, sans oublier les séances de PPG. Toujours dans la bonne humeur, ces 4 jours se sont entremêlés d'apéro, de jeux, de quizz et de partage de bons moments. Cette année Goldorac a fini dans les toboggan du camping comme beaucoup d'entre nous qui avons reçu les fameux nouveaux tickets "plouf" qui forçait la personne de son choix à se mettre dans la piscine, sous une douche, sous un sceau d'eau, ... habillé ou pas! Un grand merci à tous les participants qui ont joué le jeu. Rendez-vous l'année prochaine avec de nouvelles idées...



Challenge RAC

77 pts
Christophe O.

64 pts
Xavier



60 pts
Franck



Newsletter



Calendrier été 2025

JUIN			JUILLET			AOÛT		
D	1		M	1		V	1	
L	2		M	2		S	2	
M	3		J	3		D	3	Longué
M	4		V	4	Regroupement Benjamins	L	4	
J	5		S	5	Rochefort sur Loire	M	5	
V	6		D	6		M	6	
S	7		L	7	Stage jeunes	J	7	
D	8		M	8	Rochefort sur Loire	V	8	
L	9		M	9		S	9	Vern d'Anjou
M	10		J	10		D	10	Vern d'Anjou
M	11		V	11	Soir - Chalonnes	L	11	
J	12		S	12		M	12	
V	13	Portes Ouvertes RAC	D	13		M	13	
S	14		L	14		J	14	
D	15	Coupe (avenirs) - Chalonnes	M	15		V	15	
L	16		M	16		S	16	
M	17		J	17		D	17	Régionaux-Rochefort sur Loire
M	18		V	18		L	18	
J	19		S	19		M	19	
V	20		D	20	Après-midi - (Avenirs et Benjamins) - Longué	M	20	
S	21		L	21	Soir - Vern d'Anjou	J	21	
D	22	Avenirs - Vihiers	M	22		V	22	
L	23		M	23		S	23	Interclub national
M	24		J	24		D	24	Critérium National
M	25		V	25		L	25	Aigueblanche
J	26		S	26		M	26	
V	27		D	27	Interclubs - La Chataigneraie	M	27	
S	28		L	28		J	28	
D	29	Chalonnes	M	29		V	29	
L	30		M	30		S	30	Chemillé
			J	31		D	31	