



Agenda du mois

- **Mercredi 17 décembre:** tests chrono à Chemillé à 18h30.
- **Vendredi 19 décembre :** tests chrono à Rochefort pour les 3 groupes jeunes à 18h30.



Stage à Brem

Pour la troisième édition, nous vous préparons le stage "adulte" à Brem-sur-Mer du mercredi 13 au dimanche 17 mai 2026. Course à pied, natation, vélo, marche, jeux, mais aussi apéro et bonne ambiance sont au programme. Chacun suit le planning à son rythme... Si vous n'avez pas reçu de mail sur ce stage, n'hésitez pas à écrire à contact@racnatation.com. Réponse impérative avant le **dimanche 18 décembre** afin de finaliser les réservations avec le camping.



Idées cadeaux

Pour faire plaisir à un nageur, nous avons en stock t-shirts, bonnets, sac à dos, et quelques maillots aux couleurs du club.



Tests chrono

Afin de suivre au plus près l'évolution de nos plus jeunes nageurs, nous aurons tout au long de la saison, divers rendez-vous afin de valider chaque étape de progression.



Les tests chrono c'est quoi ?

- Les tests de chrono, c'est une petite compétition pour les nageurs des trois groupes s'entraînant à Rochefort. Nous donnons donc rendez-vous à tous les nageurs des 3 groupes en même temps.
- Elle a pour but de préparer nos jeunes pour les compétitions de l'été avec une approche dans un côté festif.
- En plus du côté purement sportif et technique, nous aborderons aussi le côté réglementaire de la natation course.

Les engagements

Pour une compétition, il faut que chaque nageur choisisse ses nages dans le programme qui est inscrit sur le site du club.

- Le nombre de nages est souvent fixé à trois ou quatre nages maximums par nageur, plus des éventuels relais.
- Ces engagements doivent être fait (pour l'été) au plus tard le jeudi pour la compétition du weekend qui suit. Ce qui permettra au club de les enregistrer sur le site fédéral.
- Pour les débutants, ils peuvent se faire aider par l'entraîneur ou un des responsables du club.
- Pour ces tests chronos ce sera nous qui choisirons les nages.

Les chronométrateurs

A l'occasion de ces tests chrono, et comme dans toutes les compétitions, nous aurons aussi besoin de chronométrateurs. Cette fonction, très simple, est indispensable dans la composition du jury d'une compétition. C'est une fonction à la portée de tous qui permet aussi d'être au plus près des nageurs lors des compétitions.

Le public : c'est vous !

Pour être complet dans l'organisation, il nous faut aussi le public et là, c'est tout le monde qui peut assister à la compétition, parents, famille, amis... pour encourager les nageurs. Et c'est bien sûr toujours gratuit ! Ce sera aussi la possibilité de voir l'évolution de vos enfants depuis la rentrée de septembre.



DOMAINE des Deux Vallées	CHATEAU DE BELLEVUE	NICOLAS Paysage & Elagage 06 14 81 49 34	CARELLA 02 41 20 62 02 Un savoir faire traditionnel (carrelage tout format, terre cuite, mosaïque, pierre, faïence)	OMEGA construction • Maçonnerie • Réhabilitation • Gros Oeuvre • Ravalement Sainte-Gemmes-sur-Loire Tel : 02 41 44 59 56	Spa des Plages de Loire Camping Seasonova LES PLAGES DE LOIRE