



LES INFOS DU C.S.N.G.



La fermeture de la piscine et l'arrêt ponctuel de nos activités : des nouvelles

La 1^{ère} nouvelle n'est pas une bonne nouvelle puisqu'elle pénalise un peu plus nos adhérents du lundi et du vendredi : nous déplorons l'information tardive (20 février) d'une suspension supplémentaire de nos activités : la piscine sera rendue indisponible en raison d'un spectacle : lundi 27 mars 19h45 à 22h (répétition) et vendredi 31 mars 2017 18h30 à 22h00.

La seconde est une bonne nouvelle : Suite à l'annonce de la fermeture prévue du 3 avril au 29 mai 2017, nous avons demandé une prolongation des activités jusqu'au 8 juillet 2017 et la municipalité l'a accordé. Il n'y aura pas de fermeture pour vidange, ce qui réduit, en définitive, à **4 semaines** la cessation d'activités pour les adhérents (mais hélas, 5 semaines pour les adhérents du lundi et vendredi).

Côté finances et sans que cela ne soit une obligation, le Comité directeur tient à alléger le préjudice lié à l'arrêt momentané des activités pour ses adhérents.

Lors de la dernière assemblée générale, il a été décidé le gel des cotisations pour 2017-18 et la mise en place d'une réduction pour les réinscriptions 2017-18. Une petite réduction a été faite lors des stages d'aquagym et le stage de février aux enfants ENF2-3 a été gratuit. Ces décisions financières, certes modestes, témoignent de la solidarité de tous les intervenants du Club face à ces contraintes, qui touchent particulièrement les jeunes adhérents en apprentissage et les nageurs de compétition.

Pour ce qui est de la vie du Club pendant ces 8 semaines de fermeture, sachez que le Club s'est engagé à maintenir les salaires des entraîneurs que nous remercions pour leur travail de réorganisation. Nous remercions également les clubs de Orsay, Vélizy, Boulogne, Plaisir et Versailles de l'entraide amicale qu'ils manifestent en accueillant dans leurs lignes les nageurs de compétition du CSNG, permettant ainsi à nos jeunes de poursuivre leurs objectifs sportifs.

Nous vous remercions de votre compréhension et de votre confiance.

Pour le Comité directeur du CSNG

Marie-Agnès Bouchard

Rappels : Les associations sportives qui utilisent la piscine A-P Viénot à Guyancourt subissent la fermeture qui est de la responsabilité de la Ville.

Toute inscription au CSNG, correspond à une adhésion à une association loi 1901 et non au paiement de prestations.



Dimanche 26 février : Belle après-midi aux "Plains Feux sur l'ENF au CSNG".
Grand Bravo à tous les nageurs qui ont fait une belle démonstration de leurs progrès !
Les parents ont été très généreux pour le goûter, merci beaucoup.
Félicitations à Florent, Maxime, Jérôme, Eloïse et Bruno pour cette belle organisation et le travail accompli.
Rendez vous est pris pour 2017-18 !

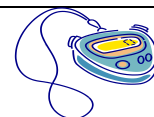


Sessions du Sauvage : semaine du 20 mars et du 26 juin au Club
Pass Sports de l'eau : 26 mars à Guyancourt
Pass Compétition : 12 mars à Houilles sur convocation personnelle des nageurs par les entraîneurs

Coup de PROJECTEUR : Les groupe **Aquagym et Nat & Gym** rassemblent 140 adhérents – La gymnastique aquatique fonctionne en soirée et vise principalement le travail des bras, des jambes, des abdominaux, en fréquence et en rythme grâce à des musiques choisies pour leur tempo entraînant. Les exercices « passent » bien grâce à l'effet de l'eau, portante, résistante et délassante – En Nat & Gym, le samedi matin, la gym est composée de renforcement musculaire et étirements suivi ou précédé, selon les groupes, par 3/4 d'heures d'entraînement natation perfectionnement. A noter les ambiances sympathiques créés par les adhérents de longue date et la présence dynamique de jeunes pratiquantes et de quelques messieurs !

Après les meetings de travail en janvier et février, les qualifications commencent....
Natathlon Jeunes et Avenir, Challenge Avenir, Journées départementales, Nationale 2-Q2
SUIVEZ tous les résultats sur le site du Club et sur Facebook

Le coin du Chrono



RAPPEL : En cas de perte du badge « accès piscine », le signaler à la piscine. La carte sera refaite contre 2€ versés au CSNG.

INFOS UTILES : en raison des fermetures prévues, les permanences du mardi sont maintenues jusqu'à la fin des activités

Devinette n° 25 : Echauffement à sec et échauffement dans l'eau : quelles différences ?

Réponse dans le prochain n°

Réponse de la devinette du n° 23 : 12 nageurs et nageuses du CSNG ont participé aux Championnats Nationale 2 session qualificative Q1.

Une prochaine session Q2 se déroulera fin mars permettant d'accéder aux championnats de France Elite et par catégorie.

Retrouvez ce bulletin ainsi que beaucoup d'autres informations sur le site du C.S.N.G. www.csnguyancourt.fr

CERCLE DES SPORTS NAUTIQUES DE GUYANCOURT