



LES INFOS DU C.S.N.G.



Les nouvelles se font rares au Club et pourtant il s'en passe des choses sportives au CSNG depuis le dernier n° de... janvier !

En vrac : Des entraînements bien sûr chaque semaine, une belle animation en mars « pleins feux sur l'ENF », de la neige qui a perturbé les séances, des stages pour les compétiteurs, des compétitions dans toutes les catégories, dans les Yvelines et en sélection, des tests « Sauvage » dans les groupes, des tests Pass Sports de l'eau et Pass compétition dans les Yvelines, des remplacements d'entraîneurs parfois, des séances annulées..., mais à la fin du compte des adhérents, jeunes et adultes, assidus pour la plupart et qui progressent...

Date à réserver : dimanche 17 juin après-midi FETE DU CLUB

Suis-je bien connecté au CSNG ?

La campagne de réinscription s'organise et pour que chacun des 1022 adhérents puisse bénéficier de l'offre de réinscription envoyée par courriel EN JUIN, il faut que les adresses soient à jour ! Parlez-en entre vous entre 2 longueurs, dans le hall etc !!!! Si vous recevez ce petit journal, pas de souci ! En cas de besoin, envoyez un message à contact@csnguyancourt.fr

ÉVÈNEMENT

Session ENF Pass Sports de l'eau
Organisée à Guyancourt par le Comité Départemental de Natation
dimanche 20 mai 2018
pour les nageurs convoqués par les entraîneurs
Une 2ème session sera organisée courant juin. Vous serez informés.



Coup de PROJECTEUR :

- Sauv'nage : acquérir un savoir-nager sécuritaire
- Passeport de l'eau : Découverte de 5 pratiques aquatiques sportives et validation d'habiletés motrices
- Pass Compétition : aller vers la compétition


L'école de natation au CSNG s'organise en 2 groupes, ENF1 et EN2-3 et suit le programme ENF, Ecole De Natation Française De La Fédération Française De Natation.

Parallèlement à l'apprentissage et perfectionnement des techniques des 4 nages, les nageurs du club (âge primaire) préparent ces niveaux dont les différentes étapes sont passées au sein du groupe tout au long de la saison pour le Sauvage, et lors de sessions départementales pour le Pass Sports de l'eau et le pass Compétition. Ces échelons peuvent être assortis d'un diplôme résumant les acquis.

?? TOP SECRET SURPRISE TOP SECRET ??

Le Club souhaite fêter le départ à la retraite de l'entraîneur emblématique du Club, Bruno Galliéro !
Vous ou votre enfant a appris à nager avec Bruno ? Il a été votre entraîneur en compétition ?
Parlez-en autour de vous ! Contactez vos amis !
C'est le moment de lui dire encore merciConnectez-vous sur <https://www.leetchi.com/c/retraite-bien-meritee-33257879>

La BOUTIQUE du Club Pour renouveler votre maillot de bain etc...

Pensez à  et commandez en quelques clics sur le site de vente en ligne www.eurocomswim.fr 15% de remise avec le code CSNG78
Le club vous propose en stock : des lunettes junior, bonnets, tubas. gourdes (voir à la permanence)

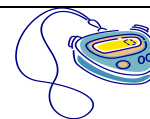
Le 2^{ème} trimestre de compétitions a permis aux nageurs du CSNG de confirmer individuellement leurs performances.

Ils étaient 18 à participer aux Championnats des Yvelines les 9 et 10 mai

En mai, juin et Juillet, ils seront sur les plots de départ

- Championnats de France Promotionnel à Dunkerque 17 au 20 mai
- Championnat de France Elite à St Raphaël 22 au 27 mai
- Championnats régionaux d'été 8-9-10 juin
- Finale du challenge Avenir 23-24 juin
- Finale du Natathlon Trophée Lucien Zins 23-24 juin
- Critériums nationaux 16-17 ans et plus (50 m), à Laval (Mayenne) du 25 au 29 juillet
- Championnats de France 15-16 ans et moins (50 m), à Rennes (Ille-et-Vilaine) 18 au 22 juillet

Le coin du Chrono



SUIVEZ Tous les résultats sur le site du Club

RAPPELS : Utilisez vos badges à chaque entrée pour votre entraînement : Cela compte pour les statistiques de la Ville. Certains moments sont compliqués dans les cabines : Ne pas bloquer de cabine pour permettre la fluidité des passages.

INFOS utiles : Permanence pour renseignements : le mardi 5 juin 2018 18h à 20h

Devinette n° 28 : Quelles différences entre la natation course et la natation eau libre ? Réponse dans le prochain numéro

Réponse de la devinette n° 27 : Toutes les nages sont symétriques. Pour 2 d'entre elles, le crawl et le dos crawlé, l'action des bras se fait alternativement.

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

NEWS
G.
N.
S.
C.