

Club Nautique



VAL DE FENSCH

HORIZON 2012



HORIZON 2012

OBJECTIFS 2010/2011

SOMMAIRE

1 – Objet

2 – Diagnostic de l'existant

3 – Objectifs

- 3.1 – Projet 1 : Mise en œuvre du rapprochement des anciens clubs
- 3.2 – Projet 2 : Devenir structure labellisée Haut Niveau
- 3.3 – Projet 3 : Organisation de stages vacances
- 3.4 – Projet 4 : Participation à des meetings
- 3.5 – Projet 5 : Développement de la natation « Adultes »
- 3.6 – Projet 6 : Développement de l'Eau Libre
- 3.7 – Projet 7 : Organisation de manifestations

4 – Plan d'actions

- 4.1 – Mise en place d'un plan de formation sur 3 sites
- 4.2 – Evolution de la structure d'entraînement
- 4.3 – Valorisation des acquis au travers de la compétition
- 4.4 – Création d'une structure d'accueil « Haut Niveau »
- 4.5 – Stages pendant les vacances scolaires
- 4.6 – Participation à des meetings régionaux et nationaux
- 4.7 – Création d'un groupe « Adultes »
- 4.8 – Création d'une structure « Nagez – Forme – Santé »
- 4.9 – Promotion de l'Eau Libre
- 4.10 – Groupe de travail événementiel
- 4.11 – Formation

1 - OBJET

La Communauté d'Agglomération du Val de Fensch a décidé début 2010 de concentrer l'activité « Natation Course » des 5 clubs de la vallée de la Fensch (Florange, Hayange, Knutange, Nilvange et Serémange) dans une structure unique nommée Club Nautique Val de Fensch. Le CNVdF utilisait jusqu'à présent la piscine de Serémange-Erzange. A partir de la saison 2010-2011 il utilise également les Piscines de Florange et d'Hayange.

La pratique de la natation du CNVdF est dorénavant répartie sur 3 sites :

- Florange
- Hayange
- Serémange.

Pour des raisons de proximité, le volet « Détection » du club est dispensé sur les 3 sites. Les volets « Formation » et « Perfectionnement Compétition » sont répartis sur les sites en fonction du projet sportif du nageur car chaque piscine est, à partir de la catégorie benjamins (12-13 ans) dédiée à un niveau d'investissement des nageurs.

Le groupe « Adultes » (+ 25ans) dispose de créneaux dans les 3 piscines mais c'est le site de Florange qui accueille ceux qui souhaitent participer aux compétitions de la catégorie « Maîtres » de la F.F.N.

Notre projet HORIZON 2012 a pour but essentiel de promouvoir à tous les niveaux la pratique de la natation. Des plus jeunes aux plus âgés.

UN OBJECTIF



La Natation pour Tous

2 -Diagnostic de l'existant

- ➔ **650 licenciés** dont :
 - 350 en Ecole de Natation
 - 300 en niveau Départemental/Régional
 - 50 en niveau Interrégional/National.

- ➔ Classement Fédéral :
 - **3^{ème} club lorrain**
 - **78^{ème} au classement national** sur 1600 clubs
 - **1^{er} club Lorrain** au niveau licenciés « Natation Course »

- ➔ Le club évolue en **Nationale 2** des Interclubs
Nous sommes **1^{er} club Lorrain aux Interclubs Benjamins**

- ➔ Labellisé en tant que **club formateur et accès Haut Niveau** par le Comité de Lorraine de Natation

- ➔ Une **Section Sportive** au Collège Hurlevent d'Hayange.
Aménagement horaires Lycée Cormontaigne

- ➔ **21 entraîneurs** dont 3 salariés détachés par la Communauté d'Agglomération du Vantl de Fensch (2.6 ETP).

- ➔ **3010 heures d'encadrement** dont :
 - 1260 pour l'Ecole de Natation
 - 1330 pour le groupe « Natation Compétition »
 - 420 pour le groupe « Natation Adultes ».

- ➔ **105 journées de compétitions** dont :
 - 13 en « Avenirs/Poussins »
 - 27 au niveau Départemental/Régional
 - 34 au niveau Interrégional/National
 - 23 au niveau Adultes
 - 8 au niveau de la Coupe de France « Eau Libre ».

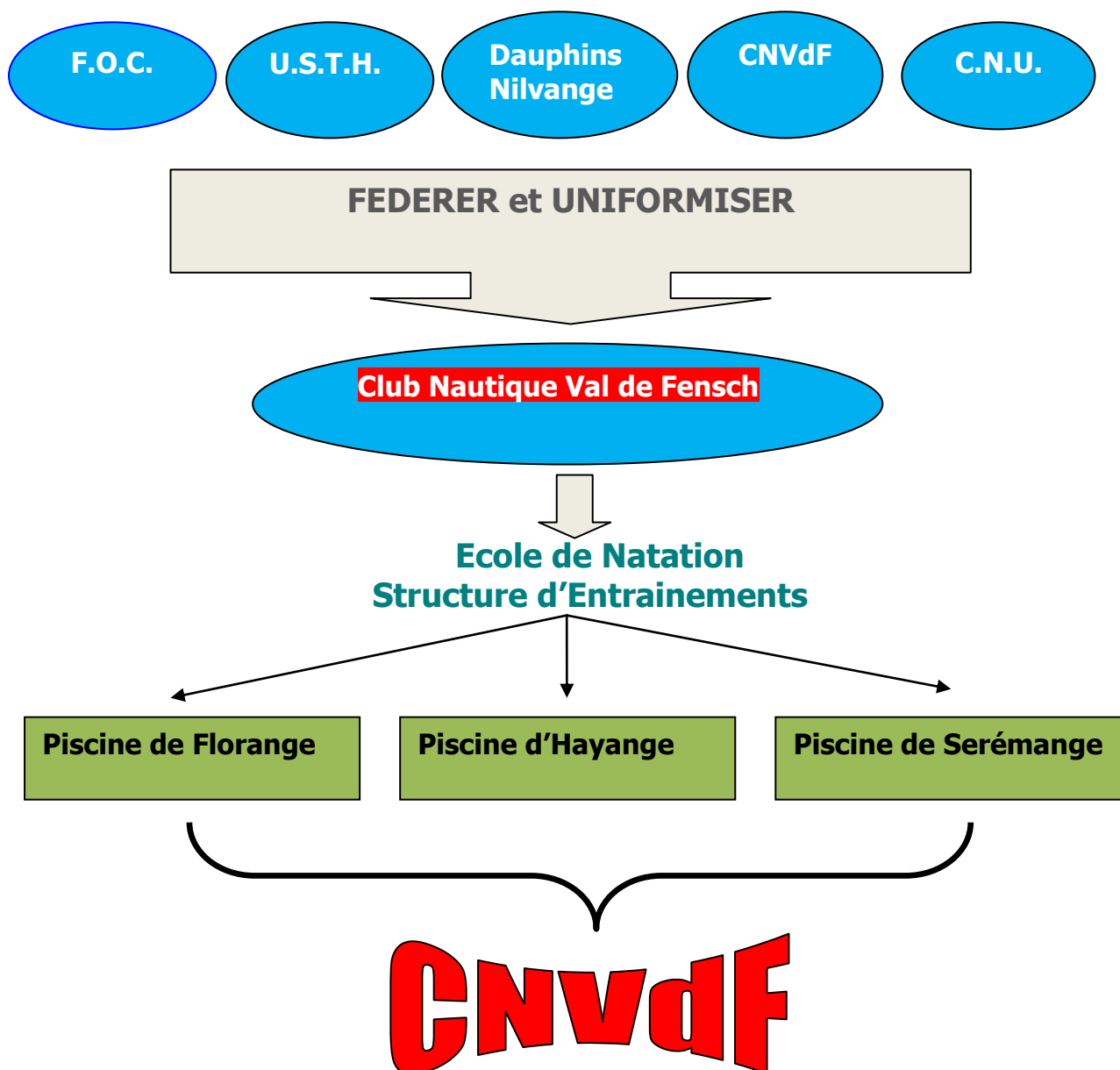
3 - Objectifs

3.1 – Projet 1 : Mise en œuvre du rapprochement des anciens clubs

En 2011, notre principal projet est de mettre en œuvre le rapprochement des anciens clubs de natation de la Vallée de la Fensch afin de construire :

LE CLUB NAUTIQUE DU VAL DE FENSCH

Notre objectif est de fédérer les personnes des anciennes associations sportives afin d'uniformiser le fonctionnement pour que rapidement tout le monde se sentent appartenir à une même famille sportive.



3.2 – Projet 2 : Devenir structure labellisée Haut Niveau

Actuellement, grâce à notre section sportive, nous offrons de la 6^{ème} à la 3^{ème} des prestations qui permettent à nos benjamins et minimes de concilier leur activité sportive et leur parcours scolaire. Mais, nous n'avons pas d'équivalent à proposer à partir de la seconde. Sauf un accord avec le lycée Cormontaigne de Metz qui libère nos nageurs à 15h.

Nous envisageons d'étendre ce dispositif à des lycées de la Vallée de la Fensch afin de proposer aux parents de nos nageurs cadets/juniors des solutions d'entraînement biquotidien, indispensables lorsqu'on a un projet de niveau national.

D'ores et déjà nous avons ouvert des créneaux horaires de piscine le matin (3 fois / semaine).

3.3 – Projet 3 : Organisation de stages vacances

Nous organisons pendant les vacances scolaires des stages bloqués dans un environnement sportif adapté.

L'objectif est de développer chez nos jeunes l'esprit d'équipe, la camaraderie, la moralité sportive tout en renforçant leurs qualités natatoires et physiques. Ces stages sont aussi l'occasion de rassembler dans un même site des nageurs de différents niveaux qui d'ordinaire s'entraînent peut-être dans des piscines différentes.

3.4 – Projet 4 : Participation à des meetings

Inscription d'un maximum de nageurs à des meetings labellisés par la F.F.N. dans le but de se confronter à des sportifs d'autres départements et d'autres régions. Ces meetings sont des passages obligés pour obtenir les qualifications aux différentes compétitions officielles. Par ailleurs, ils permettent à notre club, à nos communes, à notre département, à notre région d'être reconnus au niveau de la natation française.

3.5 – Projet 5 : Développement de la natation « Adultes »

Pour s'inscrire totalement dans notre projet de NATATION POUR TOUS, il nous faut aussi mettre en place un environnement dédié aux « Adultes ». Nous prévoyons de développer cette catégorie au travers de 3 sous-projets :



« Natation Forme » : Proposer des cours adaptés à la pratique de la natation dans le cadre d'une activité de loisir orientée vers l'apprentissage des techniques de nage.



« Natation Course » : Permettre à des nageurs adultes ayant un objectif sportif de pratiquer la natation en compétition.



« Natation Santé » : En adéquation avec le projet « Nagez – Forme – Santé » de la F.F.N., nous prévoyons la mise en place d'un environnement « Aqua-Santé » qui, au travers d'une natation adaptée, permettra à des personnes atteintes de pathologies chroniques de pratiquer une activité sportive au service de leur santé.

3.6 – Projet 6 : Développement de l' Eau Libre

Le CNVdF participe depuis 2 ans à des étapes de la Coupe de France d'Eau Libre. Cette discipline référencée au niveau de la F.F.N. consiste à pratiquer la natation en milieu naturel (rivière, lac, mer, ...). Nous prévoyons de développer cette discipline au niveau du club dans le but de devenir le club référent au niveau du Comité Départemental. Nous avons actuellement un petit noyau de nageurs que l'on voit régulièrement figurer sur les podiums.

3.7 – Projet 7 : Organisation de manifestations

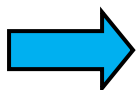
En 2012, lorsque le CNVdF sera en ordre de marche nous prévoyons d'organiser dans notre centre aquatique FERALIA un meeting national labellisé et durant l'été d'accueillir une étape de la Coupe de France d'Eau Libre.

4 – Plan d'actions

4.1 – Mise en place d'un plan de formation sur 3 sites

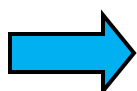
La Communauté d'Agglomération met à notre disposition un nombre important de créneaux horaires dans les 3 piscines de la Vallée de la Fensch.

L'objectif est donc de proposer à nos adhérents une structure de détection et de formation de proximité.

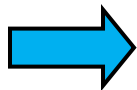


Au niveau de la Détection nous mettons en place, dans chaque piscine, un nombre suffisant de créneaux horaires permettant d'accueillir dans de bonnes conditions les groupes de niveaux de la F.F.N. :

- **Découverte** pour les 4-6 ans
- **ENF1 (7-8 ans)** : acquérir un savoir nager sécuritaire « **Sauv'nage** »
- **ENF2 (8-9 ans)** : découvrir des pratiques sportives et capitaliser des habiletés motrices (natation course, water-polo, natation synchronisée, plongeon, nage avec palmes) « **Pass'57** »
- **ENF3 (9-10 ans)** : aller vers la compétition « **Pass'compétition** ».



Pour assurer la continuité de l' ENF3 nous avons demandé au CD 57 de bien vouloir accepter que le CNVdF présente 3 équipes en « Avenir Cup » (10-11 ans). Le CNVdF Serémange évolue en Division 1 , le CNVdF Florange et le CNVdF Hayange évoluent en Division 2.



Le dernier volet de la phase « Détection/Formation » est la préparation des futurs nageurs (12-13 ans), au Natathlon. Compétition individuelle sur 3 journées imposées par la F.F.N. donnant accès, pour les meilleurs, au Trophée Lucien ZINS considéré comme le Championnat de France des benjamins.

4.2 – Evolution de la structure d'entraînements

Notre structure d'entraînements est aussi organisée autour des 3 piscines, mais afin d'éviter le cloisonnement des nageurs nous prévoyons de les faire nager régulièrement dans un autre site. Nous pensons qu'il est essentiel pour la cohésion du groupe que les nageurs de tout niveau se rencontrent. C'est aussi un paramètre important de la motivation des plus jeunes. Mais il faut aussi, pour des raisons d'organisation des programmes d'entraînements et de sécurité que les nageurs soient regroupés dans les lignes d'eau en fonction de leur niveau. Par conséquent, dès l'entrée en 6^{ème} nous leur proposons, en concertation avec leurs parents, de choisir leur orientation sportive :

➡ L'orientation « Départementale/Régionale » leur permet de poursuivre la pratique de la natation de façon moins contraignante au niveau quantitatif tout en conservant le même niveau de qualité. Nous leur demandons de participer à 2 ou 3 entraînements/semaine. Ils participent aux compétitions de niveau départemental voire régional.

➡ L'orientation « Accès Haut Niveau » leur impose un programme d'entraînements plus conséquent pour leur permettre d'atteindre un niveau suffisant, et d'accéder aux compétitions de niveau régional, interrégional voire national. Nous leur demandons de participer à un minimum de 4 entraînements/semaine. Nous leur conseillons d'intégrer la Section Sportive car 2 séances dans la semaine se déroulent en journée. Ce qui facilite la gestion de la scolarité.
Nos nageurs cadets peuvent intégrer le lycée Cormontaigne de Metz où là aussi un aménagement horaire est prévu.

Nous avons besoin, bien évidemment, d'un nombre de cadres compétents capable de fournir des prestations de qualité aux jeunes sportifs qui nous sont confiés.

➡ Nous utilisons 21 éducateurs sportifs diplômés dont 3 sont détachés par la Communauté d' Agglomération pour un total de plus de 3000 heures d'entraînement à l'année.

4.3 – Valorisation des acquis au travers de la compétition

Nous participons tout au long de l'année sportive à des compétitions (105 au total) de tout niveau (Départemental à National). Celles-ci nous permettent d'évaluer la progression de nos nageurs, de les confronter à d'autres club de l'hexagone, et bien sûr de figurer au classement des clubs de la F.F.N..

4.4 – Création d'une structure d'accueil « Haut Niveau »

A partir de cadet (15-16 ans) nous devons donner à nos nageurs issus du groupe « Accès Haut Niveau » la possibilité de poursuivre leur projet sportif et leurs études dans de bonnes conditions. Par conséquent nous devons leur proposer une structure d'accueil en adéquation avec leurs attentes.

- ➡ Nous prospectons les lycées de la Vallée de la Fensch afin d'obtenir des aménagements horaires du début des cours du matin pour permettre la programmation d'entraînements biquotidiens. Nous envisageons aussi la possibilité de permettre aux nageurs qui le souhaiteraient d'intégrer l'internat d'un lycée d'une ville voisine tout en continuant à nager pour le CNVdF.**
- ➡ Nous avons budgété en 2011 l'achat de matériel de musculation adapté à la pratique de la natation.**
- ➡ Nous devons prévoir un suivi médical**
- ➡ Nous envisageons l'acquisition d'un véhicule de type mini-bus pour le transport des nageurs sur les lieux d'entraînements.**

4.5 – Stages pendant les vacances scolaires

Plusieurs stages sont organisés pendant les vacances scolaires :

- ➡ Vacances de la Toussaint sur les sites de Florange et Serémange**
- ➡ Vacances d'Hiver à la piscine d'Amnéville pour le groupe « Accès Haut Niveau » qui prépare les meetings nationaux, le site de Serémange accueille les autres nageurs.**
- ➡ Vacances de Printemps :**
 - Le groupe « Accès Haut Niveau » qui prépare les Championnat de France se rendra dans un site France-Sport**
 - 25 nageurs de niveau « Régional/Interrégional » se verront offrir un stage à Amnéville.**
 - Les autres nageurs et en particulier les plus jeunes seront sur le site de Serémange**
 - Un stage est également prévu en juillet dans un site à déterminer pour les nageuses et les nageurs qualifiés aux Francs Minimes et Cadets.**

4.6 – Participation à des meetings régionaux et nationaux

Plusieurs meetings sont programmés cette saison :

- ➔ **5 meetings régionaux :**
- 1/2 fond Epinal en novembre
 - Vittel en janvier
 - Epinal en mars
 - Creutzwald en avril
 - Longwy en mai.

- ➔ **3 meetings nationaux :**
- Metz en février
 - Amiens en janvier
 - Monceau les Mines en mars.

4.7 – Création d'un groupe « Adultes »

Pour promouvoir la natation des + de 25 ans nous avons créé 2 groupes :

- ➔ **Un groupe « Adultes » dont l'objectif est la pratique de la natation de loisir au travers du perfectionnement de leur capacité à maîtriser l'eau et se déplacer en milieu aquatique.**

- ➔ **Un groupe « Masters » dont l'objectif est la pratique de la natation de compétition. Cette catégorie référencée au niveau de la F.F.N. dispose d'un circuit de compétitions qui lui est réservé.
Nous avons dans notre club des nageuses et des nageurs de niveau national qui réussissent à se qualifier au niveau européen.
C'est pourquoi nous avons prévu cette saison de participer à des compétitions réservées aux + de 25 ans :**

- meeting de Luxembourg en octobre
- meeting de Bar le Duc en novembre
- championnat de Lorraine en janvier
- le circuit fédéral en février
- championnat de France hiver à Dunkerque en mars
- open Pays Bas en mai
- meeting de Longwy en mai
- inter régions Grand Est en mai
- championnat de France été à Gap en juillet
- championnat d'Europe à Yalta en septembre.

4.8 – Création d’une structure « Nagez – Forme – Santé »

Nous prévoyons de mettre en place un environnement « Aqua-Santé » dédié à des personnes non sportives qui souhaiteraient, tout simplement, pratiquer une activité physique afin de conserver le plus longtemps possible leur capital santé. Nous voulons aussi pouvoir accueillir dans cette structure des personnes atteintes de maladies chroniques désireuses d’apporter un complément à leur traitement médical.

La F.F.N. estime que tout club qui ne s’ouvre pas à « l’Aqua-Santé » se met financièrement en « Santé-Danger ».

C’est pourquoi, nous allons nous positionner, en partenariat avec la F.F.N., dans ce créneau de la NATATION AU SERVICE DE LA SANTE.

Nous allons spécialiser en 2010 un de nos éducateurs à la pratique de l’ « Aqua-Santé ».

Dès lors, nous pourrons proposer cette activité à notre catalogue.

4.9 – Promotion de l’Eau Libre

Nous allons cette saison mettre en place un groupe de nageurs qui souhaitent en plus de la natation en bassin se spécifier en Eau Libre. Actuellement nous avons un nageur de niveau national dans ce groupe (3 podiums la saison précédente en Coupe de France).

Ce nageur disputera le championnat de France des 5 km indoor à Troyes en mai.

Le groupe « Eau Libre » participera cette saison à 7 étapes de la Coupe de France de juin à août.

4.10 – Groupe de travail événementiel

Dès la saison 2012, lorsque notre club sera en ordre de marche nous voulons organiser 2 manifestations :

- ➡ Un meeting labellisé par la F.F.N. au centre aquatique FERALIA d’Hayange
- ➡ Une étape de la Coupe de France d’Eau Libre sur le plan d’eau de la ville de Metz.

Par conséquent, nous allons créer, dès cette année, un groupe de travail chargé de mettre en œuvre ces 2 projets.

4.11 – Formation

- ➡ Formation de cadres par le biais de l’École Régionale de Formation aux Activités de la Natation (E.R.F.A.N.).
- ➡ Mise en place d’un projet de scolarité associée : préparer les élèves désirant s’orienter vers un métier de la natation parallèlement à un cursus scolaire normal.