

Vacances d'automne

Les congés de la Toussaint ont été mis à profit par les deux clubs pour effectuer un stage.

Quatorze nageurs du CNP ont participé à un stage de 5 jours alternant entraînements en piscine et séances de préparation physique. La semaine se terminant par une information sur la cohérence cardiaque qui permet un contrôle du stress et l'optimisation des performances. Le tout s'est déroulé dans une bonne ambiance. Le groupe s'est retrouvé chaque midi pour le repas dans le local du club. Du côté du PSSC, ces deux semaines de vacances ont été mises à profit pour combler un peu le manque d'entraînements dû à une reprise très tardive.

Le club enregistre cette saison bon nombre de nouveaux inscrits avec un fort contingent d'enfants de 4 à 10 ans répartis en deux groupes répondant aux directives ministérielles à savoir "être à l'aise dans l'eau dès 4 ans" et "apprendre à nager et à palmer dès 6 ans". Le stage a été réparti sur les deux semaines alternant les entraînements du groupe compétition, la préparation au sauv'nage indispensable pour accéder à la compétition et l'accueil des tout-petits. Cette organisation a permis d'accueillir ces derniers dans de très bonnes conditions. Ces enfants accueillis chaque samedi à 11h découvrent les plaisirs de l'eau grâce aux nombreux jeux proposés par Louise et Camille.

Cet accueil répond à une demande croissante des parents dont certains rejoignent le club en tant que nageurs tout comme les frères et sœurs. Nous sommes convaincus que l'avenir des clubs passe par l'accueil des plus jeunes.