

# NEWSLETTER n°3

## JAD NATATION

23/12/2019



### Nager dans l'academy de Natation de la JAD

Cette activité permet de maintenir une bonne condition physique ainsi qu'un bon équilibre chez l'enfant. Non seulement la pratique de la natation

apporte une vraie sécurité mais également de nombreux bienfaits sur le développement musculaire et psychomoteur de l'enfant.

Vous approfondirez vos techniques de nage et ce, sans la contrainte du chronomètre, dans une ambiance ludique et avec un entraîneur diplômé.

*Hossein, référent academy de natation*

### Une petite fermeture mais beaucoup d'explications

A partir du 19 Décembre 2019 à 22h 15, la piscine fermera ses portes pour quelques semaines, trois au total, pour de nombreux travaux.

Pour les deux premières, c'est la même opération que les années précédentes (nettoyage et remplacement du carrelage, pose de ferme-portes, nettoyage de l'établissement et des gaines de ventilation...). Petite nouveauté cette année, la 3<sup>ème</sup> semaine sera consacrée à des travaux d'amélioration du système de filtration. Tous les 10 ans, le média filtrant dans les filtres est changé. Voilà, maintenant que vous savez tout, on se retrouve le 13/01/2020 !



### Encore merci !

Un grand merci à tous les participants du Téléthon : La ville de Drancy et du Bourget, les bénévoles, les nageurs, nos sponsors et les parents des nageurs. C'est grâce à vous que les fonds collectés, permettront de vaincre la maladie.



## Soirée ZEN à la piscine



Juste avant les fêtes, la soirée ZEN fait son retour et avec elle des séances gratuites de massage, yoga, pilâtes, sophrologie... Soirée pour les plus de 16 ans. Donc rendez vous le 20 au soir pour vous détendre

Inscriptions à partir du 16 décembre à la piscine de 9h à 18h à la piscine.

### RULES

- 1.
- 2.
- 3.



### Quelques règles de bienséance ...

Afin que chacun profite des installations de la piscine nous vous invitons à respecter quelques règles de courtoisie ... Comme par exemple vider les casiers à clé après chaque séance, ne pas utiliser les cabines

comme des cabines d'attente, prendre une petite douche rapide pour permettre à tout le monde de se rincer ...

### De bons résultats à la JAD !



C'est 4 filles historiques, Chloé, Mariana, Lindsey et Léna, qui ont représenté la ville de Drancy lors des championnats de France FFN à Angers. La JAD qui a qualifié pour la première fois son relais, a rempli les objectifs. Elles ont battus les 2 records départementaux (13 ème au 4x50 NL et 13 ème également au 4x50 4Nages) La formation au rendez vous pour son premier plot du natathlon avec une première QFRAJ!!! Marie SCHMITT réalise ainsi les minimas en améliorant sa meilleure performance et se qualifie déjà sur 100m brasse pour les 2èmes championnats de France Jeunes qui se dérouleront début Juillet à Pau. Côté natation artistique, le samedi 23 novembre a eu lieu les Journées d'Automne, première échéance compétitive de la saison pour nos groupes Albatros et Dauphins. Pour les Albatros, des débuts très prometteurs pour les figures imposées. Pour les Dauphins, Marion, Majdoline, R Marie finissent à la 3ème place. Elles terminent à 1 place des qualifications pour les France Élite. en continuant ainsi, on espère une qualification aux France en Mars.

### Pour nous suivre :

Notre page Facebook (JAD Jeanne d'Arc de Drancy – Natation) et notre site internet (<https://ja-drancy.com>).

Vous ne recevez pas notre newsletter ? Venez vérifier notre adresse mail auprès de nos secrétaires ...

