



## Pôle espoirs Nord Pas de Calais

### Organisation du 20 février au 6 avril

Je vous communique par ce bulletin d'information l'organisation pour les prochaines semaines avec les différentes échéances qui se rapprochent :

#### 1. Meeting de Béthune

Départ pour Béthune le vendredi 20 février après les cours, prise de contact avec le bassin en arrivant Hébergement et repas du soir vendredi et samedi à « Inter hôtel liberty » - Parc de la Falande, Avenue de la Libération, 62700 Bruay-la-Buissière

Repas du samedi midi avec l'organisation du meeting.

Dimanche, départ pour le stage de saint Raphaël. Avec le minibus du pôle + 1 parent avec son véhicule. (13 personnes à transporter, y compris les chauffeurs). Merci de me faire savoir qui est en mesure de proposer ce service.

#### 2. Stage de Saint Raphaël

Départ le dimanche matin avec le minibus du pôle pour la gare de Lille Europe, train à 9h04, pique-nique dans le train, acheté à la gare. Arrivée à Saint Raphaël à 16h01. Une navette et Frédéric BARALE avec son véhicule assureront le transfert jusqu'au CREPS - Boulevard des Mimosas, 83700 Saint-Raphaël. Nicolas DEPRIESTER sera présent pour toute la durée du stage.

Le stage se déroule jusqu'au samedi 7 mars matin, retour en gare de Lille Europe à 17h46, lieu de récupération des nageurs par leur famille. Pas d'entraînement le lundi matin, on commence la phase d'affutage par du repos.

#### 3. Championnats de France N1 Handisport

Alexandra quittera Saint Raphaël le jeudi 5 mars en début d'après-midi, véhiculée par Elodie LORANDI, jusqu'à Dijon. Je la retrouverai à Dijon pour sa compétition de référence, qualificatives aux échéances internationales. L'hébergement est le suivant :

HOTEL RESTAURANT CAMPANILE DIJON-EST, SAINT-APOLLINAIRE - 1 RUE DE LA FLEURIEE  
21850 Saint-Apollinaire

#### 4. Championnats N2 hiver grand Bassin

Du 20 au 22 mars, le lieu de ce championnat est Dunkerque avec hébergement à la maison des nageurs. Le « Félix » étant fermé, je me charge de trouver une brasserie pour assurer les repas des midis et soirs, du vendredi soir au dimanche inclus. Les petits déjeuners seront pris à la maison.

#### 5. Stage de préparation aux championnats de France Elite

Les nageurs concernés par les championnats Elite partiront en stage du mercredi 25 au lundi 30 mars à La Rochelle – Hôtel Kyriad - 34 Rue de la Scierie, 17033 La Rochelle. A 10 minutes à pieds du centre-ville et du bord de mer, à 10 minutes en minibus de la piscine.

Le déplacement se fera en minibus avec Nicolas, départ le mercredi 25 mars matin. Olivier ANTOINE rejoint le groupe sur site.

Je continue d'assurer les entraînements à Dunkerque avec les nageurs non qualifiés jusqu'au vendredi 27 mars matin inclus. Ils pourront rentrer après les cours du vendredi soir. La semaine suivante ils n'auront entraînement que le soir. Ce sera une semaine de récupération transitoire avant le troisième macro cycle d'entraînement menant aux championnats de France estivaux. La surveillance des entraînements sera assurée par Michel LEMOIGNE, entraîneur à Dunkerque Natation. A la maison des nageurs, la surveillance sera assurée par Béatrice. Cette organisation est valable pendant la durée des championnats de France Elite.

Je rejoins le groupe N1 à La Rochelle le vendredi 27 mars pour assurer la transition avec Olivier et je reste avec le groupe pendant la durée des championnats.

#### 6. Championnats de France Elite

Départ de La Rochelle le lundi 30 mars après le repas du midi pour Limoges, et prise de contact avec le bassin en arrivant.

Hébergement et pension complète à CHEOPS - 55, rue de l'Ancienne Ecole Normale des Instituteurs, 87000 Limoges.

Retour le lundi 6 avril (Lundi de Pâques) dans le Nord.

#### 7. Et ensuite

A compter du 7 avril c'est Olivier qui prendra la responsabilité technique et sportive du pôle espoirs. Pour ma part et comme annoncé dans le précédent bulletin d'information, je conserverai le suivi administratif et institutionnel du pôle, ce qui impliquera une présence physique régulière, sur la base prévue d'une journée par semaine – à Dunkerque.

#### 8. Compte-rendu moral

Les nageurs se sont nettement remobilisés après un début janvier difficile. Que ce soit dans leur investissement sportif à l'entraînement et en compétitions ou dans leur attitude mentale, volontaire et impliquée. Des progrès significatifs sont à signaler sur ce plan et nous les voyons de plus en plus positifs. Nous les avons félicité, Nicolas et moi, cette semaine. Il est désormais fondamental que cette démarche d'envie et de motivation soit persistante jusqu'aux prochaines échéances. Les progrès entre Lens et Lille doivent confirmer cet engagement. L'objectif sportif reste d'être performant aux N2 (dans 5 semaines) et aux N1 (dans 6 semaines).

Benjamin