

## ENTRAINEURS



### GUILLAUME VAUPRE

COACH DES 6<sup>e</sup> 5<sup>e</sup>

DIPLÔME BPJEPSEN AAN + Moniteur sportif  
(Pouvant entraîner des nageurs de niveau régional)

### DAVID VAUPRE

COACH DES 4<sup>e</sup> 3<sup>e</sup> ET DE LA SECTION LYCEE

DIPLÔME DEJEPS NATATION COURSE

(Pouvant entraîner des nageurs de niveau national)

Des entraîneurs et des enseignants d'EPS  
coordonnateurs des sections sportives, attentifs et  
à l'écoute des nageurs.

La motivation et l'engagement du nageur dans  
son projet sportif et scolaire sont la clé de leur  
réussite.



## CONTACTS



### Collège J.F Kennedy

11 Boulevard d'Anjou

72 700 ALLONNES

Téléphone :

Courriel :

Site internet :

02 43 80 78 10

[bertrand.le-cacheur@ac-nantes.fr](mailto:bertrand.le-cacheur@ac-nantes.fr)

[clg-jfkennedy.sarthe.e-lyco.fr](http://clg-jfkennedy.sarthe.e-lyco.fr)



### Lycée André Malraux

3 Rue de beau soleil

72 700 ALLONNES

Téléphone :

Courriel :

Site internet :

02 43 39 28 50

[karine.pinsard@ac-nantes.fr](mailto:karine.pinsard@ac-nantes.fr)

[malraux.paysdelaloire.e-lyco.fr/](http://malraux.paysdelaloire.e-lyco.fr/)

## CLUB PARTENAIRE



### JSA NATATION

Piscine municipale

Avenue du 19 mars 1962

72 700 ALLONNES

Téléphone :

Courriel :

Site internet :

Facebook :

02 43 23 24 90 (répondeur)

[jsa.natation@yahoo.fr](mailto:jsa.natation@yahoo.fr)

[jsanatation.wixsite.com/allonnes](http://jsanatation.wixsite.com/allonnes)

[www.facebook.com/JSAnatation](http://www.facebook.com/JSAnatation)

# DEUX SECTIONS SPORTIVES NATATION à ALLONNES

## SECTION SPORTIVE COLLEGE J.F KENNEDY

----

## SECTION SPORTIVE SCOLAIRE LYCEE ANDRE MALRAUX





## COLLEGE J.F KENNEDY

Coordonnateur Mr Lecacheur Bertrand  
Professeur agrégé d'EPS du collège

**SPORT ETUDE**

**NEW**

*La piscine est située à 5 minutes à pied du collège*

### Organisation (CRENEAUX SUR LE TEMPS SCOLAIRE)

| JOURS    | 6e                       | 5e                       | 4e                           | 3e                                     |
|----------|--------------------------|--------------------------|------------------------------|--|
| LUNDI    | 16H-17H30                | 16H-17H30                | 8H-9H15 / 18H30-20H          | 8H-9H15 / 18H30-20H                    |
| MARDI    | 17H-17H45<br>PPG 18H-19H | 17H-17H45<br>PPG 18H-19H | 16H-17H30                    | 12H-13H MUSCU / 16H-17H30              |
| MERCREDI | Options                  | 17H-18H                  | 18H-19H30                    | 18H-19H30                              |
| JEUDI    | 17H-17H45<br>PPG 18H-19H | 17H-17H45<br>PPG 18H-19H | 16H-17H30                    | 16H-17H30                              |
| VENDREDI | 16H-17H30                | 16H-17H30                | 18H-18H40 PPG<br>18H40-20H15 | 8H-9H15 / 18H-18H40 PPG<br>18H40-20H15 |

### Effectifs 2025-2026 (2 groupes:)

- 14 élèves (7 en 6<sup>e</sup> 5<sup>e</sup> et 7 en 4<sup>e</sup> 3<sup>e</sup>)

Nos nageurs évoluent dans 2 lignes d'eau ce qui permet de pratiquer dans d'excellentes conditions

### Résultats 2019-2025

- 7 médailles au France Juniors
- 14 médaillés au France Benjamins
- 1 médaillé au France Jeunes Handisport
- 1 Finaliste A au France Jeunes
- Collège champion départemental UNSS et 2<sup>e</sup> de la région PDL, 7<sup>e</sup> aux France UNSS
- **100% de réussite au DNB** et une orientation post 3<sup>e</sup> réussie pour les nageurs

### Inscriptions :

- UNSS 18€
- Club FFN, Jsa Natation 190€

**PRESENTATION : Lundi 9 Février 17h45 au Collège Kennedy**

**PORTE OUVERTE : Samedi 21 mars 9h45-12h**

**TEST DE SELECTION : ?**

## LYCEE ANDRE MALRAUX

Coordonnatrice Mme Gratien Karine  
Professeur certifié d'EPS du Lycée

**NEW**

*Ouverture officielle en septembre 2020*

*La piscine est située à 10 minutes à pied du Lycée*

### Organisation (CRENEAUX SUR LE TEMPS SCOLAIRE)

- **Lundi : 7h30-9h45** et 18h30-20h
- **Mardi : 18h-18h40 PPG** et 18h40-20h15
- **Mercredi : 11h30-13h** et 18h-19h30
- **Jeudi : 18h-18h40 PPG** et 18h40-20h15
- **Vendredi : 7h30-9h45** et 18h-18h40 PPG et 18h40-20h15

**Soit une possibilité de 8 séances par semaine avec la Jsa Natation (\*Musculation en options)**

### Effectifs 2025-2026

- 9 élèves
- Nos nageurs évoluent dans 5 lignes d'eau le matin et 2 lignes d'eau le mercredi ce qui permet de pratiquer dans d'excellentes conditions

### Résultats 2020-2025

- 13 médailles aux Championnats de France
- 1 Champion de France Jeunes en Handisport
- Multiples participants et podiums au Championnat Inter-région
- Multiples participants et podiums au Championnat Régional

### Inscriptions :

- UNSS 22€
- Club FFN, Jsa Natation 325€

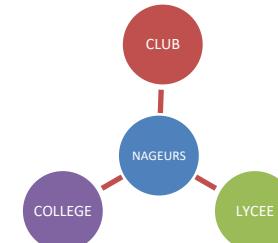
### PRESENTATION :

**PORTE OUVERTE : Samedi 24 Janvier 9h-12h**

**TEST DE SELECTION : 4 Mai 18h30**

## ...DES OBJECTIFS COMMUNS

### Le Sportif au cœur du projet



### FAVORISER LA REUSSITE SCOLAIRE ET SPORTIVE DES ELEVES

- Un suivi scolaire individualisé
- Un aménagement des emplois du temps

### CONSTITUER UN GROUPE A ORIENTATION COMPETITIVE

- Des entraînements sur le temps scolaire en complément des entraînements de club.
- Des séances de Préparation Physique Spécifique en plus des entraînements, selon les besoins individuels.
- Travail personnalisé à partir d'analyses vidéos
- Cohésion de groupe

### LES ACTIONS PARALLELES

- Un Tee-shirt offert aux couleurs de la section
- Des interventions en diététique sur l'hydratation et l'alimentation du sportif
- Déplacement aux Championnats de France N1
- Des interventions individuelles en préparation mentale
- Formation officiel FFN et UNSS

**Venez nous rejoindre... et jetez vous à l'eau !**