

COLLOQUE NATATION SYNCHRONISÉE

Multiples facettes de la formation des jeunes
en Natation Synchronisée




FÉDÉRATION FRANÇAISE
**NATATION
INFAN**

14 rue Scandicci – 93508 PANTIN Cedex
Tél. 01 41 83 87 43 – Fax. 01 41 83 87 69
E-mail : ffn@ffnatation.fr

www.ffnatation.fr

Samedi 8 & Dimanche 9 Octobre 2016

INSEP
Amphithéâtre C
Avenue du Tremblay
75012 PARIS

PROGRAMME

1ère Journée

- 13h00 Accueil Amphithéâtre C
- 13h30 Introduction
- 14h00 Plan de formation des jeunes sur les portés
Bases pour la détection & préparation des voltigeuses
(partie 1)
- 15h30 Pause
- 16h00 Plan de formation des jeunes sur les portés
Bases pour la détection & préparation des voltigeuses
(partie 2)
- 17h00 Préparation mentale chez les jeunes
- 18h00 Analyse et stratégie chorégraphique en catégorie Jeune
- 19h00 Apéritif



2ème Journée

- 08h30 Evolution morphologique et importance de la ligne de
jambe en natation synchronisée
- 09h00 Travail de l'allongement et ligne de jambe pour
les 6/12 ans
- 10h30 Pause
- 11h00 Plan de carrière chez les jeunes nageuses Russes
Analyse vidéo des techniques d'appuis en Russie
- 12h00 Bilan du colloque



Tarif

40 €

Intervenants

- **Sylvie NEUVILLE** – Directrice de la Discipline
- **Marie-Claude BESANÇON** – Présidente de la Commission Fédérale
- **Florence LEFRANC** – Cadre Technique Nationale
- **Charlotte MASSARDIER** – Cadre Technique Nationale
- **Pascale MEYET** – Cadre Technique Nationale
- **Jean-Luc VOYEUX** - Préparateur Acrobatique Equipes de France
- **Soufiane MOUNDI** - Préparateur Mental du pôle Espoirs de Strasbourg
- **Françoise BEGHIN** - Professeur de Danse au Conservatoire de Montreuil

Pour tous renseignements complémentaires
Nathalie LAVOUX - Tél : 01.41.83.87.43
mail : nathalie.lavoux@ffnatation.fr





FICHE D'INSCRIPTION

L'inscription ne sera prise en compte qu'à réception du chèque de 40 €
à l'ordre de l'INFAN accompagné du bulletin d'inscription.

**Le colloque constitue (pour ceux qui le souhaitent) un module « mise à
jour des connaissances » nécessaire à l'attribution du BF4 ou BF5 par
équivalence.**

NOM :	
Prénom :	
Date de naissance :	Lieu de naissance :
Adresse:	
Code Postal :	Ville :
Téléphone domicile:	Téléphone portable:
E-mail (obligatoire) :	
Club :	N° Licence FFN :
Adresse Club :	
Code Postal Club :	Ville Club :

DATE LIMITE D'INSCRIPTION
Vendredi 23 Septembre 2016
(délai de rigueur)