

Ecole Natation Française

1er Plot ENF – AUBIGNY – 30 Novembre 2019

ESAN

Ce weekend a eu lieu la 1^{ère} coupe ENF de la saison à Aubigny sur Nère pour les très jeunes nageurs du club.

11 nageurs étaient engagés sur les différents tests, le plongeon, la synchro, le water polo et la natation course. Un quasi sans faute à une exception, mais un bilan très positif qui ouvrira les portes du « challenge Avenirs » le 25 janvier prochain.

La journée s'est achevée avec le 25 dos et le 25 N.L. pour s'affronter en « mode compète ». La totalité des nageurs Albinien ont montrés le bon travail réalisé depuis le début de saison avec de très bons chronos pour chacun.



Les 11 nageurs de l'ESAN qui ont

participés à cette compétition étaient Jérémy HOUDRAY (2009), Alexandre BOITIER PLESCA (2009), Léane TESTARD (2011), Liza RAY (2011), Olivia BOBY (2010), Faustine DERYCKER (2010), Elysio TANGUY (2010), Anaëlle GOUET MILER (2010), Matheo HAUTEMONT (2010), Louis HANNEQUIN (2011) et Laura VILLAREJO (2009). Leurs entraîneurs principal Aurélien LESERRE et ses assistants Marie-léa BAILLY, Camille HANNEQUIN et Kerwan GOUET MILER étaient très contents des performances réalisées et très encourageantes pour la suite de la saison.

CNMG



Ce samedi, le CNMG s'est déplacé à Aubigny/Nère, pour les tests ENF Pass'Sport de l'eau, avec 20 nageurs.

Nous les avons présentés sur le Pass'Sport de l'eau, 18 valident leur test en entier soit 3 épreuves félicitations à eux, et 2 qui valident leur 2 épreuves.

Bravo à tous et rendez-vous pour certains en janvier prochain à St Florent/Cher.

Ensuite, pour finir cette après-midi, ils se sont tous élancés sur un 25m soit nage libre ou dos pour leur première compétition.

Tous récompensés par une médaille de participation offerte par le comité du Cher de natation .

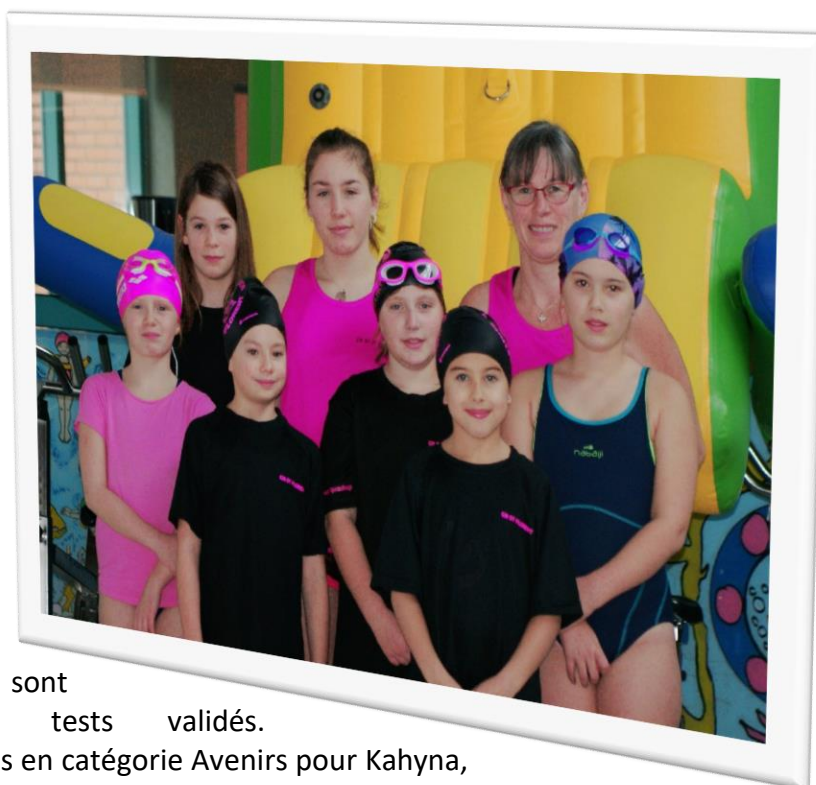
Il faut également remercier Anaïs et Marine pour leur aide sur l'encadrement et en tant que chronométreur.

CNF

Pour cette première session ENF de la saison, nous nous sommes déplacés avec 5 jeunes nageuses florentaises: Maëva, Kahyna, Meïssane, Manon et Émilie. Même programme pour toutes: passage des tests (Water-Polo, Natation Artistique, Plongeon et Natation Course) puis 25 Dos et 25 Nage Libre en compétition d'animation.

Un peu de stress et beaucoup de sourires pour un grand succès. Elles sont toutes reparties avec les 4 tests validés.

Place maintenant aux vraies compétitions en catégorie Avenirs pour Kahyna,



Manon et Maëva; et catégorie Jeunes pour Émilie et Meïssane.

Merci à nos assistantes évaluateuses de choc Alexandra et Chloé. Merci également à Rose d'avoir pris le chrono.

ACB



Ce samedi 30 Novembre à Aubigny-sur-Nère a eu lieu la première journée ENF de la saison.

C'est 26 jeunes berruyers qui ont tenté de passer leur tests du pass'sport de l'eau et chacun était inscrit sur les 4 tests (natation course – natation synchronisé – water polo – plongeon). Et le résultat est plus que positif puisque tous ont pu valider au moins les 3 épreuves nécessaires à la validation du PASS'SPORT DE L'EAU.

Prochaine étape **le pass'compétition !**

FELICITATION à tous !!!!!

Et pour terminer cette après-midi, ils se sont confrontés aux autres nageurs du département sur un 25m NL. Chaque nageur sera reparti avec une médaille autour du cou.