

CAPO CSL RVI Limoges Natation.

Groupes Natation Artistique.

Saison 2018/2019.

• Confirmés :

○ Entraîneurs :

- **Nathalie** : Léa D, Salomé L, Melissa M, Margot Be, Marie R, Estrella B, Jeanne R, Suzie B, Béthilie B.
- **Noémie** : Lucile A, Béthilie B, Emma B, Lou Anne L, Elodie M, Margaux MJ, Anaëlle N, Clémentine J, Théva B, Isaline I, Charlotte P.

• Intermédiaires :

○ Entraîneurs :

- **Nathalie /Suzie (1)** : Louise B, Nina L, Anaïs F, Angeline G, Lilas C, Lise ML, Eléonore P, Périne T.

+ Débutantes intermédiaires : Rivy Camille, Kabta Emma, Le Brun Leelou, Philbert Amandine, Escande Clara, Heurtaux Paloma, Rigaudie Héloïse

- **Noémie /Lucile (2)** : Elsa P, Justine R M, Léonie M, Armony M, Eléonore J, Léa C, Inès B, Camille B.
- **Elodie (3)** : Cloé B, Violette M, Claire B, Emma D, Lisa E, Emilie S, Hélène Y, Cassiopée Di Biaggio.

• Débutantes :

○ Entraîneurs :

- **Nathalie (1)** : Eléa B, Lilou D, Nina D, Zoé L, Lucie L, Elina L, Cloé L M, Hélin Y, Camille D, Alizée M, Asiadée M, Morgane H, Agathe T, Lou Ann M, Vanina.
- **Noémie (2)** : Tarnaud Luna, Devaux Lena, Breuilh Léa, Rey Alice, Caperan Garance, Lascaux Camille, Bataille-Depierre Lilia, Podevin Helyne, Mandigout Roxane, Delirant Marie, Puigrenier Lola, Clément Ines,

Decuignière Leann, Bachelerie Romane, Mezeguer Margaux.

- **Béthilie (15h à 16h30) (3)** : Lagarde Clémence, Dumy Camille, Lasmaartres Maëline, Leblanc Maelys, Lafarge Lucie, Beaulieu Ambre, Chaabane Maryam, Galvaire Isis, Da Costa Elsa, Perrier Lucile, Boulesteix Augustine, Conchonnet Cordelia, Almeida Clémence.

1

Horaires :

	<u>Confirmés</u>	<u>Intermédiaires</u> <u>1 et 2</u>	<u>Intermédiaires</u> <u>3</u>	<u>Débutantes</u> <u>1 et 2</u>	<u>Débutantes</u> <u>3</u>
<u>Lundi</u> <u>18h30-</u> <u>20h Gym</u>	<u>Gymnase Rue Suzanne Valadon Limoges</u>				
<u>Lundi</u> <u>20h30-</u> <u>22h</u> <u>Casseaux</u>					
<u>Samedi</u> <u>12h-15h</u> <u>Casseaux</u>					
<u>Samedi</u> <u>14h30-</u> <u>16h30</u> <u>Casseaux</u>					
<u>Samedi</u> <u>15h-</u> <u>16h30</u> <u>Casseaux</u>					
<u>Samedi</u> <u>16h30 à</u> <u>18h</u> <u>Casseaux</u>					

Natation avec Ludo pour les confirmés (1 séance par semaine recommandée) :

Mardi : St Lazare de 20h à 21h30.
Mercredi : Casseaux de 21h à 22h.
Jeudi : Casseaux de 20h30 à 21h30.
Vendredi : St Lazare de 21h à 22h.

Calendrier 2018/2019.

Sauv'nage : samedi des vacances de toussaint, Noël, Février et Pâques.

Groupes concernés : Débutantes 2, 3, débutantes intermédiaires. Les nageuses seront prévenues 15 jours 3 semaines avant la date par mail.

Pass'sports : 18 Nov 14h à St Junien (en priorité pour Lilas C, Vanina et Lou Ann M), 10 Février 14h aux Casseaux, 5 Mai 14h à St Léonard.

Groupes concernés : Débutantes 2, 3, débutantes intermédiaires. Les nageuses seront prévenues 15 jours 3 semaines avant la date par mail.

Synchronat : 18 Novembre à Limoges, 9 Décembre à Limoges, 27 Janvier à Limoges, 24 Mars à Périgueux.

Groupes concernés : Intermédiaires 1, 2, 3 ; débutantes 1, 2, 3. Et les juges JO, D et C en titre et en examen. Les nageuses seront prévenues 15 jours 3 semaines avant la date par mail.

Challenge Régional : 12 Mai à Limoges.

Groupes concernés : Confirmés, intermédiaires et débutantes. Les nageuses seront prévenues 15 jours 3 semaines avant la date par mail.

N3 Challenge : 15 et 16 Juin à Poitiers.

Groupes concernés : Confirmés, intermédiaires et débutantes, si qualifiés aux régions challenge. Les nageuses seront prévenues 15 jours 3 semaines avant la date par mail.

Championnat Juniors : 17 février à Bordeaux.

Groupes concernés : Confirmés. Les nageuses seront prévenues 15 jours 3 semaines avant la date par mail.

N3 Juniors : 16 et 17 Mars à Toulouse.

Groupes concernés : Confirmés, si qualifiés aux régions Juniors. Les nageuses seront prévenues 15 jours 3 semaines avant la date par mail.

Région Séniors / TTC : 11 Mai à Limoges.

Groupes concernés : Confirmés. Les nageuses seront prévenues 15 jours 3 semaines avant la date par mail.

N3 Séniors / TTC : 8 et 9 Juin à Perpignan.

Groupes concernés : Confirmés, si qualifiés aux régions Séniors et TTC. Les nageuses seront prévenues 15 jours 3 semaines avant la date par mail.

Gala Club : 22 Juin piscine d'été de Beaublanc.

Groupes concernés : Confirmés, intermédiaires et débutantes. Les nageuses seront prévenues 15 jours 3 semaines avant la date par mail.

Gala de Chalus : Mercredi 3 Juillet à Chalus. Suivie d'un repas de fin de saison.

Groupes concernés : Confirmés, intermédiaires et débutantes. Les nageuses seront prévenues 15 jours 3 semaines avant la date par mail.

Stage : 1 semaine aux vacances de Février et de Pâques

Merci d'avance de noter ses dates sur votre calendrier.

Bonne saison de natation artistique.

Nathalie Favreau : Mail : nathsynchro@gmail.com

Noémie Marchat : Mail : noemiep171@hotmail.com

Site web du club : <https://www.caponatation.fr/>