



BULLETIN OFFICIEL

D'INFORMATION

Du Comité Départemental de Natation des Yvelines

SOMMAIRE

Actualité à la une	1
Institutionnel	2
Officiels CD78	2
Aides du Conseil des Yvelines	2
Dossier clubs 100% licences	2
Natation course	3
Projet sportif départemental 2025	3
Eau Libre	4
Coupe de la Ligue - 30 mars 2025 à Melun	4
Water Polo	5
Résultats au 02/03/2025	5
Handisport	6
Femmes & parasports, un axe prioritaire	6
Formations	7
Formation EFRAN 2024 -2025	7
Formation INFAN 2025	7
Formation Profession Sport et Vie Associative 78	7
Formation PSE1/BNSSA - Croix Blanche 78 à St Cyr l'Ecole	7
Formation "Performance et Prévention des Blessures"	8
Offres d'emploi	9

Actualité à la une

Nos nageuses et nageurs Yvelinois ont plongé dans les vacances sans faire de pause !!

Les Vacances !

Ce moment tant attendu pour enfin souffler, profiter des journées sans réveils matinaux et... ne rien faire du tout.

Mais pas pour tout le monde !

Nos chères nageuses et nos chers nageurs, des plus petits aux plus grands, ont décidé que, se reposer, c'était pour les autres !

Armés de leurs palmes, de leurs lunettes et de leur détermination à toute épreuve, ils ont pris l'assaut des piscines même pendant les vacances... et même parfois deux fois par jour !!

Nous tirons nos chapeaux à l'ensemble de nos nageuses et nageurs du département.

Un immense bravo aussi à leurs entraîneurs dévoués qui, eux aussi, ont donné leur temps pour ces sessions « intensives ». Bravo à nos coachs pour leur patience infinie et leur passion communicative !

Et, bien sûr, un énorme clin d'œil aux familles de ces sportifs intrépides, qui ont dû jongler entre les séances d'entraînement, les siestes et les devoirs.

C'est pendant ces vacances intensives que la citation de Mark Spitz prend tout son sens : « Nous aimons tous gagner, mais combien aiment s'entraîner ? »

INSTITUTIONNEL

Officiels CD78

Formation Chronomètres :

Une formation de chronométreur est organisée **le vendredi 28 mars 2025 à 19H00** à la salle de la piscine de Houilles (40 avenue du Président Kennedy HOUILLES CARRIÈRE).

Pour toute inscription, envoyer un mail à officiels.cdy@gmail.com qui validera l'inscription.

Attention : il ne reste que 4 places.

Aides du Conseil des Yvelines

Les différentes aides destinées aux clubs sportifs qui peuvent vous concerner, sont les suivantes (règlements et formulaires ont été adressés par mail) :

- **le dispositif « ChampYons clubs »** qui s'adresse exclusivement aux clubs de sport fédéral :

=> Date de clôture le 28 avril 2025 ;

<https://78-92.fr/annuaire/aides-et-services/detail/dispositif-champyons-clubs>

- **le dispositif « ChampYons ambassadeurs »** (anciennement « ChampYons 2024 ») qui s'adresse uniquement aux athlètes de haut-niveau.

=> Date de clôture le 17 mars 2025

<https://78-92.fr/annuaire/aides-et-services/detail/dispositif-champyons-ambassadeurs>

Contact Service sport du Conseil départemental des Yvelines : sport@yvelines.fr

Dossier clubs 100% licences

La LIF a lancé la nouvelle campagne pour les clubs 100% licences (deadline : 30 avril 2025).

Pour constituer votre dossier, vous retrouverez l'ensemble de la procédure sur le lien suivant :

https://www.lif-natation.fr/wp-content/uploads/2024/09/2024_2025-ProcEDURE-officielle-100_licences-IDF.pdf

NATATION COURSE

Projet sportif départemental 2025

Retrouver l'ensemble des compétitions départementales sur le site :
<https://yvelines.ffnatation.fr/rsc/1662/fichiers/articles/60.pdf>

CALENDRIER DEPARTEMENTAL 2025

En cliquant sur <https://yvelines.ffnatation.fr/script/index.php> vous trouverez le calendrier sportif Natation Course en cours du département des Yvelines.



AGENDA ET INFORMATIONS DES PROCHAINES COMPETITIONS

	Date	Lieu	Fin Extranat	OP / PE	Juge Arbitre - Délégué	Starters	Extranat Pocket
Circuit dép. 2 - benj et +	08/03/2025	SARTROUVILLE (50m)	05/03/25	OP : 18h00 / PE : 19h00	Anne PFEIFER	Aline HENNERESSE	Pierre JULIA et Bénédicte FERRON Pierre JULIA
	09/03/2025			OP : 13h00 / PE : 14h00			
Journées Benj 2	22/03/2025	MANTES-LA-VILLE	19/03/25	OP : 17h30/PE : 18h15	Brigitte AROT	Myriam STECK	Bernard HENRY
JQCD Avenirs 2 (*)	29/03/2025	VIROFLAY	26/03/25	OP : 14h15/PE : 15h00	Isabelle DELABRE	Vanessa DURAND	Isabelle CHANTEUR et Hang UNG
	30/03/2025	VELIZY		Op : 13h00/PE : 14h15	Myriam STECK	Anne PFEIFER	Nadine LESUEUR

(*) REPARTITION DES POULES JQCD AVENIRS 2 LE 29/03 À VIROFLAY ET LE 30/03 À VELIZY :

Le 29/03, à Viroflay : USMV, CNMY, CNPI, AOT, CNVV, ASP, ANS, LCN, CSNG, NCR, CNPy

Le 30/03 à Vélizy : EVV, CNO, SNV, ACPM, ANV, CAC, CNHC, SDC, USC

Pour maintenir toutes les compétitions en 2025, des mises à disposition de bassins sont à assurer tout au long de l'année.

Le CDY Natation remercie l'ensemble des clubs du département permettant la réalisation des compétitions en mettant à disposition leur bassin mais également les bénévoles pour fournir une organisation optimale.

Merci d'écrire au CDY :

- Pour les JQCD Avenirs 3, les 17 ou 18/05/2025 (deux ou trois poules),
- Pour la finale du circuit départemental et Championnats Honneurs (benj et +), les 07 et/ou 08/06/2025

Pour chaque compétition, nous recherchons également une personne pouvant assurer l'informatique.

Merci d'écrire au CDY.

EAU LIBRE

Coupe de la Ligue - 30 mars 2025 à Melun

La Ligue Ile-de-France organise le 30 mars prochain la Coupe de la Ligue d'Eau Libre des départements d'Ile-de-France. Cette compétition aura lieu dans le bassin extérieur de la piscine de Melun sur une distance de 5km.

L'équipe des Yvelines est complète :

Junior 1 Fille : SNEP Ava-Rebecca (SNV)

Junior 1 Garçon : FAUCONNIER Léo (ANV)

Junior 2 Fille : SAUZEAU Lilou (SNV)

Junior 2 Garçon : DOMBEK--MIRO Alexander (ANV)

Junior 3 et Senior : HAUVETTE MINOUX Manon (ACPM)

Junior 3 et Senior : BOITARD Arthur (LCN)

Pierre CHENAILLER encadrera la sélection.

Les repas des nageurs et entraîneur seront pris en charge par le CDY.

Deux officiels accompagneront également cette sélection : Marlène PIETRI (CNO) et Sarah FAUCONNIER (ANV). Ils seront pris en charge par la Ligue IDF de natation.

Concernant le transport, le rdv est fixé directement sur place à Melun le dimanche 30 mars à 8h00, pour l'ouverture des portes. Le retour est aussi assuré par les accompagnants.

WATER POLO

Résultats au 02/03/2025

N3:

ST-DENIS UNION SPORTS 13 / 07 US CONFLANS-STE-HONORINE

Division Régionale : Poule A :

TSN95-ASVO-USC 18 / 09 PARIS AQUATIQUE
LA LIBELLULE PARIS 08 / 00 TSN95-ASVO-USC

Division Régionale : Poule B :

ST-DENIS UNION SPORTS 08 / 18 US CONFLANS-STE-HONORINE

U17:

SCN CHOISY-LE-ROI 13 / 21 TSN95-ASVO-USC 2008
TSN95-ASVO-USC 2008 08 / 09 ASVO-TSN95-USC 2009

U15 : Poule B :

Pas de nouveau match.

U13 :

CNO ST-GERMAIN-EN-LAYE 17 / 19 CN LIVRY-GARGAN
RACING CLUB DE FRANCE 11 / 13 US CONFLANS-STE-HONORINE

U11 excellence :

Pas de nouveau match.

U11 (championnat débuté mi-décembre) :

Pas de nouveau match.

U10 :

Pas de nouveau match.

HANDISPORT

Femmes & parasports, un axe prioritaire

Le CPSF a le plaisir de vous convier à la première édition de son séminaire sur le parasport féminin qui se tiendra les **mercredi 5 et jeudi 6 mars prochains au : LAHO BUSINESS CENTER 5-9 Rue Van Gogh, 75012 Paris.**

Au lendemain des Jeux Paralympiques de Paris 2024, l'enjeu de la féminisation demeure central pour le CPSF. Ce séminaire constitue un premier moment de réflexion en présence des acteurs impliqués sur le sujet.

PROGRAMME*

Mercredi 5 mars après-midi (ouvert à tous)

- 14h15 : Accueil des invités
- 14h45-15h : Introduction institutionnelle du séminaire
- 15h-15h20 : Comment des travaux en sciences sociales peuvent participer à questionner la sous-représentation des femmes dans la pratique sportive compétitive : l'exemple du tra-vail de recherche sur les parcours des femmes et hommes athlètes - *Hélène Joncheray, cher-cheure en sociologie, laboratoire SEP*
- 15h20-15h40 : Les valorisations des performances sportives ; des perceptions qui contri-buent à une hiérarchisation des valeurs selon les sports, les genres, le handicap - *Fabien Ohl, chercheur en sociologie, Institut des Sciences du Sport, Lausanne*
- 15h40-16h : Pause
- 16h-16h45 : De l'impact des stéréotypes dans le sport à la promotion d'un sport plus in-clusif et sécurisé ; de la recherche aux soutiens des acteurs de terrain - *Table ronde avec la Fondation Alice Milliat et un.e chercheur (à confirmer)*
- 16h45-17h : Violences, signalements et genre - Cellule signal sport
- 17h-17h30 : Témoignages de parasportives, parasportifs, entraîneuses, entraîneurs
- 17h30-17h45 : Conclusion
- 17h45-19h : Temps d'échanges autour d'un cocktail

Jeudi 6 mars au matin (réservé aux Directeurs Techniques Nationaux ou leurs représentants, aux Directeurs de la Performance et aux Référents sport féminin des fédérations sportives)

- 08h30 : Accueil des invités
- 9h-9h15 : Ouverture collective du temps de travail
- 9h30-12h : Ateliers de travail en lien avec les thématiques présentées la veille
 - Intersectionnalité dans le parasport : stéréotypes multiples (genre, handicap, rapport au corps et à la sexualité...)
 - Impact des mécanismes d'exclusion dans la pratique sportive et parasportive
 - Médias, genre et parasport
- 12h15-12h30 : Temps conclusifs et perspectives pour la suite

*Ce programme peut être amené à évoluer.

Lien vers **les inscriptions ouvertes jusqu'au 28 février 2025** :

<https://r.brevo.france-paralympique.fr/mk/cl/f/sh/1t6Af4OiGsE8LH3j2EVh6xaPYPwrNH/xVUImdtnMFxU>

Attention : l'hébergement et la restauration sur place seront pris en charge par le CPSF uniquement pour les personnes ne résidant pas à Paris. Les frais de déplacement resteront à la charge de chacun.

FORMATIONS

Formation EFRAN 2024 -2025

Retrouvez le catalogue des formations de l'ERFAN Ile-de-France de la saison 2024/2025, en cliquant sur <https://www.lif-natation.fr/catalogue-des-formations/>



Formation INFAN 2025

Retrouvez toutes les offres de formation de l'INFAN à partir de ce lien : <https://www.ffnatation.fr/la-formation-professionnelle-continue-des-entraîneurs>

Contact : Cécile GAUFFRETEAU - Responsable INFAN - 104, rue Martre - 92583 CLICHY CEDEX
01 70 48 45 24 - infan@ffnatation.fr

Formation Profession Sport et Vie Associative 78

Réseaux sociaux : Associations, passez à l'action

Connaitre les différents réseaux afin de communiquer le plus efficacement possible.

Mardi 4 mars 9h30-17h30 au 4 rue des charmes - 78190 Trappes

Inscription obligatoire : <https://forms.gle/SkFS1uzrd1LTxqhk7>

L'assemblée générale : comment bien l'organiser ?

Re(voir) les points essentiels de ce rendez-vous important pour l'association.

Judi 13 mars 12h00-13h00 en visio

Inscription obligatoire : https://us02web.zoom.us/meeting/register/PPn2FS4LTsuXA1VqPu_8aw



Formation PSE1/BNSSA - Croix Blanche 78 à St Cyr l'Ecole

La Croix Blanche 78 met en place une formation PSE1 / BNSSA + examen durant les vacances scolaires de Pâques sur la piscine de Saint Cyr l'Ecole 78210.

Inscriptions en ligne :

BNSSA : <https://www.helloasso.com/associations/croix-blanche-78/evenements/bnssa-initial-du-13-04-25-au-26-04-25>

PSC1 + BNSSA : <https://www.helloasso.com/associations/croix-blanche-78/adhesions/pack-bnssa-pse1-1>

Recyclage BNSSA : <https://www.helloasso.com/associations/croix-blanche-78/evenements/recyclage-bnssa-13-04-2025-26-04-2025>

Les tarifs du stage (incluant l'examen) : BNSSA (400€) / PSE1 + BNSSA (750€) / recyclage BNSSA (250€)

Renseignements :

Bernard DABAS - Vice-président chargé des formations CROIX BLANCHE 78

3, rue Mansart (Entrée rue Marie Hillion, Groupe scolaire de la Haise) - 78370 PLAISIR

tél : 01 30 55 02 02 - mail : croixblanche78@gmail.com - site : <https://croixblanche78.org/index.html>

CROIX BLANCHE 78 groupe scolaire de la Haie - 3 rue Mascart - 78370 PLAINVILLE - tel 01 30 55 82 02 - mail : croixblanche78@gmail.com														
FORMATION BNSSA Pâques 2025 - PISCINE DE SAINT CYR L'ECOLE														
	dimanche 23/04	lundi 24/04	mardi 25/04	mercredi 26/04	jeudi 27/04	vendredi 28/04	samedi 29/04	dimanche 30/04	lundi 01/05	mardi 02/05	mercredi 03/05	jeudi 04/05	vendredi 05/05	
08h00	PISCINE					PISCINE		PISCINE		PISCINE		PISCINE		PISCINE
08h30	8H00 à 9H45					8H00 à 9H45		8H00 à 9H45		8H00 à 9H45		8H00 à 9H45		8H00 à 9H45
09h00														
09h30														
10h00														
10h30														
11h00														
11h30														
12h00														
12h30														
13h00														
13h30														
14h00														
14h30														
15h00														
15h30														
16h00														
16h30														
17h00														

Formation "Performance et Prévention des Blessures"

Coralie Dobral, kinésithérapeute du sport et formatrice spécialisée dans la prévention des blessures et l'optimisation de la performance depuis 2017 et nageuse de haut niveau de 2002 à 2016, organise des interventions auprès des éducateurs sur différentes thématiques telles que la Prévention des Blessures, la Préparation Physique, la Mobilité, la Récupération.

L'objectif de la formation est d'apporter aux entraîneurs des catégories les plus jeunes au groupe élite des outils supplémentaires dans leur pratique personnelle et ainsi optimiser la performance individuelle et collective des clubs.

Il y a une prise en charge financière à 100% par l'OPCO des clubs (Coralie Dobral est certifiée organisme de formation QUALIOP).


Mobile, Coralie Dobral se déplace au sein de la structure intéressée (en visio aussi).

Financé par votre OPCO*
Devis sur demande

Certification QUALIOP

CONTACT
coraliedobral@opco.com
06 69 33 74 53

OPTIMISATION de la PERFORMANCE, PREVENTION DES BLESSURES et PREPARATION ATHLETIQUE



Coralie Dobral
Kinésithérapeute du Sport

10 ans d'expérience dans le sport, le préventif, l'entraînement et la préparation athlétique.

- Formations professionnelles (Vitalité, Océane, Stages, ...)
- OIP de natation masculine élite (2017 - Paris, Monte-Carlo 2019)
- Carrière Senior en 2022
- Club de Canot K1 français
- Equipe de France de Sport Universiade, Fédération de Tennis, d'Autisme, de Rugby, centre de formation de l'olympien français.

MODALITÉS

- Les modules de formation sont présentés sur la page suivante et ont lieu sur une 1/2 journée.
- Vous devez choisir 2 modules pour une prise en charge par l'OPCO. (7h30 de formation à valider)
- Toute journée de formation est adaptée aux besoins internes de la structure et réalisée sur mesure en fonction de vos projets dans le club.
- Chaque module comporte 1/3 THÉORIE + 2/3 PRATIQUE.
- A la fin de chaque module, des **PROTOCOLES avec évolution (PDF + vidéos)** sont envoyés aux participants. Ils sont adaptés aux catégories d'âge, aux nombres de séances par semaine ainsi qu'au temps disponible avant chaque entraînement.
- En dernière page vous trouverez des **prestations supplémentaires** que je propose aux athlètes de groupe "Élite"

MODULES

- **Prévention des blessures de l'épaule et du membre supérieur**
Objectifs : Connaître le fonctionnement de l'épaule et les principes à respecter pour optimiser les exercices et les attitudes.
- **Prévention des blessures du membre inférieur avec fentes et rectus latéral**
Objectifs : Connaître le fonctionnement de "Yoga" et les principes à respecter pour optimiser la progression (exercices et progression selon l'âge et le niveau).
- **Mobilité/Flex/Yoga**
Objectifs : Comprendre l'importance de la mobilité (exercices de mobilité simple et complexe avec structuration) et les principes à respecter pour optimiser la progression (exercices et progression selon l'âge et le niveau).
- **Récupération/Tranquillisation/Tranquillisation Faciale**
Objectifs : Connaître les impacts pour éviter le sur-entraînement, améliorer l'hydratation, améliorer l'hydratation et le sommeil.

PRESTATIONS SUPPLÉMENTAIRES

- **Tests prophylactiques en prévention des blessures et optimisation de la force**
Analyse articulaire, posturale et musculaire
Fiche analytique avec mise en évidence des forces et des points à améliorer
Fiches d'exercices spécifiques avec évolution pour progression
- **Programme annuel de préparation physique et prévention adapté à votre planification** comprenant :
 - Mobilité
 - Prévention
 - Corps de séance "préparation athlétique et physique"
 - Gainage muscles profonds
 - Étirements
- **Intervention auprès des athlètes** sur les différents modules de formation (théorie + pratique)

OFFRES D'EMPLOI

Retrouvez toutes les offres d'emploi publiées sur le site du CD78

<https://yvelines.ffnatation.fr/script/dossiers.php?idtyp=2&idrub=15>

chemin depuis le site du CD78



20 AVENUE LOUIS BREGUET- RDC – 78140 VELIZY-VILLACOUBLAY

: 07.87.61.54.15 / 01.39.46.33.76

MAIL : CDY.FFN@WANADOO.FR

LUNDI : 14H30 – 17H30

MARDI : 9H30 – 12H30 / 13H30 – 16H30 (PERMANENCE)

MERCREDI : 8H30 – 11H30

JEUDI : 9H30 – 12H30 / 13H30 – 16H30 (PERMANENCE)

VENDREDI : 8H30 – 11H30

SITE INTERNET DU CD 78 : [HTTP://YVELINES.FFNATATION.FR/](http://yvelines.ffnatation.fr/)

PAGE FACEBOOK DU CD 78 : [HTTPS://WWW.FACEBOOK.COM/CD78NATATION](https://www.facebook.com/cd78natation)

INSTAGRAM DU CD 78 : [HTTPS://WWW.INSTAGRAM.COM/CD78_NATATION](https://www.instagram.com/cd78_natation)