



LE MINI CHRONO

WWW.MEGOPHIAS.COM
Visitez : www.fnq.qc.ca

Merci à nos partenaires



UNITÉ RÉGIONALE
DE LOISIR ET DE SPORT
DE LA MAURICIE



TRANSITION VERS LES NOVICES

Pour ceux qui sont finalement prêts à progresser vers le club compétitif, vous serez convoqués personnellement à un essais dans le groupe novice 1 lors de la dernière semaine de cours.

LE JOURNAL D'INFORMATION DESTINÉ AUX PARENTS...MAIS QUE LES NAGEURS PEUVENT LIRE.

Chers parents et nageurs,

Les 10 semaines de la session d'hiver tirent déjà à leur fin. (Il reste 3 semaines de cours)
Les entraîneurs et responsables du club-école vous remercient d'avoir si bien participé/assisté aux entraînements. Tous furent contents de contribuer à vos progrès et connaissances sur la natation et espèrent grandement vous revoir au printemps! ☺
La session se termine le samedi 22 mars prochain.

Nous vous invitons à prendre connaissance du certificat qui sera remis aux nageurs à la dernière semaine. Les points réussis seront cochés, ceux non cochés devront être retravaillés pour passer au niveau suivant. De plus, les entraîneurs écriront un commentaire individuel à chacun. S'il y a des éléments d'évaluation dont vous n'êtes pas certains, ne vous gênez pas à venir en discuter avec l'entraîneur de votre jeune ou avec les responsables.

Enfin, il n'y a pas que vos jeunes qui ont besoin de rétroactions pour progresser : les entraîneurs et responsables aussi. Nous vous invitons donc à remplir le formulaire en annexe 1 et nous le remettre d'ici la fin de la session via l'entraîneur de votre jeune ou directement aux responsables. Merci pour vos suggestions et n'hésitez pas à venir nous rencontrer si vous désirez recevoir davantage d'information sur le cheminement de votre enfant !

Bonne fin de session !
Les entraîneurs et responsables

MINI-COMPÉTITION **Pour les niveaux 1 à 5**

La session progresse rapidement, et déjà les jeunes commencent à maîtriser avec succès les différentes nages de compétition. Cette mini compétition se veut une initiation pour les jeunes, ils apprendront à gérer leur stress, à mieux comprendre les rudiments de la natation, le tout dans le plaisir ! Pour les niveaux 1et 2 il est important de savoir que les entraîneurs iront dans l'eau avec les jeunes pour les sécuriser et les encourager. Lors de la mini-compétition nous aurons besoin de parents bénévoles pour chronométrer, amener vos sandales !

Date : Dimanche le 16 mars 2008
Endroit : Piscine du Cégep de Trois-Rivières
Coût : Gratuit
Horaire : Arrivée à la piscine : 15h00
Échauffement : 15h15 à 15h30
Début des épreuves : 15h40

Fin prévue : 17h00

Inscription : **Retourner si possible** la partie suivante à votre entraîneur pour confirmer votre présence avant le vendredi 14 mars 2008 (ou dans la boîte aux lettres des entraîneurs, local 1023 CAPS) L'entraîneur aidera à déterminer les épreuves du nageur. Si vous vous décidez à la dernière minute, vous êtes quand même les bienvenus ☺ !

-----découpez-----
Nom du nageur _____ Niveau : _____
Nom de l'entraîneur : _____

Épreuves niveaux 1-2-3 (max 3)	Je veux participer à ces épreuves	Épreuves niveaux 4-5 + novices (max 4)	Je veux participer à ces épreuves
25 m jambes + planche		100 m QNI	
25 m dos		50 m jambes + planche	
25 m obj flottant		25 m dos	
25 m libre (crawl)		25m papillon	
		25 m brasse	
		25 m libre	
		200m libre	

Évaluation de la session

Chers parents, bientôt déjà finira cette session au club école. Puisqu'il est important pour nous d'offrir à vos enfants de bons cours de natation, nous vous demandons votre opinion sur la qualité du club école des Mégophias. Vous n'avez qu'à cocher le niveau d'appréciation, **1 étant très apprécié et 4 à modifier**. Veuillez s'il vous plaît remettre la feuille à Alexandra Gagné ou la responsable en fonction.

Questions	1	2	3	4
1. L'entraîneur de mon enfant est dynamique				
2. Mon enfant a progressé au cours de la session				
3. Le respect règne dans le groupe				
4. Les responsables sont disponibles pour répondre à nos questions.				
5. Nous sommes bien informés des différentes activités qui se déroulent dans le club				

Commentaires :

SESSION PRINTEMPS 2008

Pré inscription

Si vous êtes intéressés à poursuivre vos cours de natation avec nous, veuillez prendre note que la prochaine session débutera samedi 5 avril 2008. Pour inscription, veuillez vous présenter avec votre paiement lors du dernier cours (semaine du 17 mars 2008) de votre enfant. Les coûts restent les mêmes; 85\$/ 1 fois semaine et 120\$/ 2 fois semaine.

Pour informations, veuillez nous rejoindre au 819-376-5254 poste 4425

----- découper ici -----

Journée des amis, lors du dernier cours ☺

Semaine du 17 mars au 22 mars 2008

Nom du nageur : _____

Niveau + Entraîneur : _____

Nom de mon ami : _____

Numéro de téléphone de mon ami (non obligatoire) : _____

