



## Planning des séances - saison 2022-2023

Loisir L1 et 2 : entraînement géré par les DP en rotation

L3 et 4 : Compétition et CETACE : entraînement fait par Arnaud et Olivia

Statique : une semaine sur deux

Mardi : musculation pour le groupe compétition avec Arnaud

### Septembre :

Date	Lignes 1 et 2 - DP	Ligne 3 et 4 : groupe compétition
------	--------------------	-----------------------------------

#### Dynamique mercredi

14	Olivia (uniquement encadrants et reprise groupe compétition)
21	Olivia et Loic
28	Olivia et Morgan

#### Statique

Lundi 26 : Philippe et Olivia

### Octobre :

Date	Lignes 1 et 2 - DP	Lignes 3 et 4 : groupe compétition
------	--------------------	------------------------------------

#### Dynamique mercredi

5 octobre	Olivia et Morgan
12 octobre	Serge et Raymond
19 octobre	Serge et Raymond

22 octobre au 6 novembre CONGES

#### Statique

Lundi 3 : Remy et Xavier

Lundi 17 : Robert et Morgan

## Novembre

Date	Lignes 1 et 2 - DP	Lignes 3 et 4 : groupe compétition
------	--------------------	------------------------------------

### Dynamique mercredi

9 novembre	Serge et Raymond	
16	Jean-Marie et Remy	
23	Jean-Marie et Remy	
30	Jean-Marie et Remy	

### Statique

Lundi 7	Oualid, Marie/Olivia	
Lundi 21	Philippe et Robert	

## Décembre

Date	Lignes 1 et 2 - DP	Ligne 3 et 4 : groupe compétition
------	--------------------	-----------------------------------

### Dynamique mercredi

7 décembre	Arnaud et Xavier	
14 décembre	Arnaud et Xavier	

### Statique

5 décembre	Xavier et Marie	
------------	-----------------	--

## Janvier

Date	Lignes 1 et 2 - DP	Ligne 3 et 4 : groupe compétition
------	--------------------	-----------------------------------

### Dynamique mercredi

4 janvier	Loic et Olivia	
11 janvier	Loic et Olivia	
18 janvier	Loic et Olivia	

### Statique

2 janvier	Remy et Oualid	
16 janvier	Robert et Morgan	

## Encadrants de la commission apnée cette saison

MEF2 : Olivia Fricker, Arnaud Ponche

MEF1 : Serge Colas, Remy Heulle, Jean-Marie Latsague, Philippe Chambrion

IE2 : Morgan Andro, Robert Brunet, Xavier Herent, Lucas Wolf

IE1 : Raymond Muller

MEF1 – stagiaires pédagogiques : Morgan Andro et Xavier Herent

IE1 – Initiateur stagiaire pédagogique : Thierry Adloff

Passerelle vers l'IE2 : Marie Cassal

### Fonctions des DP (L1 et 2) :

Vérifier que toutes les personnes qui accèdent au bassin sont en possession :

- d'une licence fédérale FFESSM en cours de validité, d'un certificat médical de non contre-indication à la pratique de l'apnée ;
- vérifier la présence et l'état de fonctionnement du matériel de sécurité,
- vérifier que le bassin est vide à la fin, les lignes d'eau de côté, l'aspirateur en place et fermer le bassin ;
- Noter le nombre de personnes présentes dans le cahier de la piscine.

## Compétitions et évènements prévisionnels de la saison

Samedi 22 octobre : RIFA Apnée

26 et 28 novembre : Ouverture de la Coupe de France, Vittel

10 et 11 décembre, Mulhouse et Village-Neuf, Coupe de Noël

Dimanche 22 janvier, Championnat inter-régional à Belfort

18 et 19 mars, Besançon, Manche de Coupe de France

Mi mai - Championnat de France

**Le calendrier complet des compétitions sortira début octobre sur le site de la CN Apnée.**