

# Palmes Infos

LA REVUE DES ENTRAINEURS & INITIATEURS DE NAGE AVEC PALMES

Janvier 2010



## À la une

## Le nouveau collège national des entraîneurs

L'année 2010 du Collège National des Entraîneurs, débute par la publication de ce premier numéro du « Palmes Infos », un des nombreux objectifs du CNE. En effet, sur 4 ans, le CNE a plusieurs objectifs tels que la réalisation du Manuel de l'Entraîneur de Nage Avec palmes, support écrit des D.V.D de formation, la collecte et mise en forme de toutes informations relatives à la discipline, la publication d'articles scientifiques, l'aide à l'organisation de colloque mis en place par la commission nationale,

la collecte des recherches EF2 ou Masters, et enfin la diffusion d'articles notamment dans notre magazine fédéral « Subaqua ». Ces nombreuses missions ne peuvent être réalisées qu'avec l'aide des techniciens de toute la France. C'est pourquoi cette revue se veut participative : cette revue appartient à vous, entraîneurs membres du CNE, voulant avec nous, partager, échanger, et contribuer à faire avancer la nage avec palmes en France. Bonne lecture et à bientôt au CNE...

### SOMMAIRE :

#### Le Collège National des entraîneurs

Editorial, les travaux en cours.

#### 1<sup>er</sup> Colloque des entraîneurs

Résumé du colloque du 05/12/09

#### Salon de la Plongée

La place de l'ENF au sein de la FFESSM

#### Le don aux associations

Démarches concernant les réductions d'impôts

#### La Bibliothèque NAP

Outils de tous les entraîneurs

#### Comment rejoindre le CNE ?

# Editorial

LE MOT DU PRESIDENT  
DE LA COMMISSION  
NATIONALE  
NAGE AVEC PALMES



Ce Palmes Infos, qui ouvre l'année 2010 donne le ton : c'est le Collège National des Entraîneurs, composé d'entraîneurs de toute la France qui publie, cette nouvelle revue dédiée aux éducateurs de notre discipline, si passionné par la nage avec palmes.

Entre colloques, travaux, diffusions d'informations, et publications, les objectifs du CNE sont multiples. Chaque entraîneur peut, grâce à ses compétences et son savoir faire, apporter sa pierre à l'édifice pour tendre vers l'objectif que nous poursuivons tous : développer notre discipline.

Au fond, c'est cela que propose notre collège national des entraîneurs. Un lieu de rencontres, d'échanges, à la fois exigeant et accessible, reflet d'une envie de tous, de développer à la fois en qualité et en quantité, la nage avec palmes.

C'est pourquoi je suis heureux de la publication de ce Palmes Infos et vous invite une nouvelle fois à participer au Collège National des Entraîneurs. Puisse chacun, des plus jeunes à nos aînés, mesurer le travail réalisé et contribuer, à sa manière, à l'avancée de travaux, et ainsi faire progresser, notre sport.

Heureuse Année 2010, sportive, studieuse, et bonne lecture à toutes et à tous !

Michel Gaunard

## Le collège national des entraîneurs :

LES TRAVAUX EN COURS DU CNE ET DE LA CNNP :

Projet Wikipédia :

Olivier MILLEVILLE et Clément NORMANI sont chargés de rédiger une présentation historique, technique et réglementaire de la Nage avec Palmes.

Analyse des Championnats de France et Championnats Internationaux :

Slimann DEKHAR est chargé d'analyser la participation et les performances des nageurs par course aux championnats de France.

Thomas CHASTAGNER est chargé d'analyser la participation et les performances des nageurs par course aux championnats Internationaux.

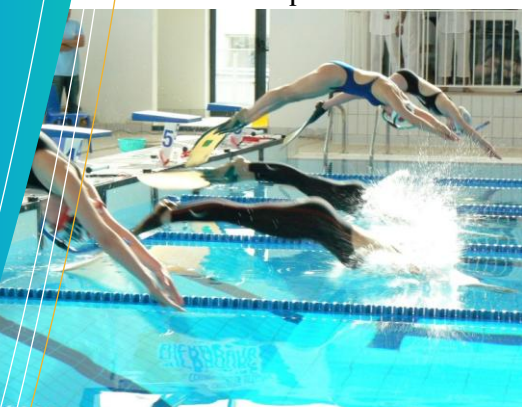
Sujet de mémoire d'EF2 en cours :

Cédric MONIOT est en formation EF2 et travaille sur le sujet du matériel : monopalmes en Nage avec palmes : une réflexion et une recherche sur les palmes et en particulier sur la partie chaussante.

## Le don aux associations

VOS DROITS ET DEMARCHES CONCERNANT LES REDUCTIONS D'IMPOTS.

En France, la loi fiscale récompense les personnes faisant des dons aux associations en leur octroyant le droit à une réduction d'impôt. Si vous faites un don à des organismes à but non lucratif, à des œuvres d'utilité publique, à des associations culturelles, vous pouvez bénéficier d'une réduction d'impôt s'élevant à 66 % des sommes versées, dans la limite de 20% du revenu imposable.



Sont concernés les versements directs en argent, les abandons de revenus ou de produits (tels que, par exemple, le prêt à titre gratuit d'un local ou l'abandon des produits de sommes placées dans des fonds caritatifs, de partage ou solidaires) ainsi que les frais engagés personnellement par un bénévole dans une activité associative.

Vous pouvez vous renseigner auprès de votre responsable de club et sur <http://vosdroits.service-public.fr/F426.xhtml>.

# Salon de la Plongée : « L'ENF au sein de la FFESSM »

Du 15 au 18 janvier se tiendra à Paris, le Salon de la Plongée. La FFESSM nous a demandé d'animer une conférence sur « l'Organisation de l'ENF, Ecole de Natation Française, au sein de la FFESSM » à 13h le dimanche. Cette conférence a présenté le CIAA, le Conseil Interfédéral des Activités Aquatiques ; l'ENF et ses diplômes pour les enfants ; l'intérêt pour une fédération comme la nôtre d'adhérer à ce projet ; les démarches pour obtenir l'agrément de sa structure à travers le cahier des charges ainsi que les différents niveaux d'évaluateurs.



## Bibliothèque 'NAP'

ZOOM SUR UN OUTILS INDISPENSABLE, DISPONIBLE SUR LE SITE DE LA COMMISSION NAP.

Depuis Mars 2009, il a été rajouté sur le site de la Commission Nationale de NAP dans l'onglet « Formation » un onglet intitulé **BNAP : Bibliothèque de la NAP**. Cet espace est dédié aux mémoires universitaires, fédéraux (EF2) ou de BEESAN et aux articles écrits sur la NAP par des membres du CNE\*. L'objectif de la BNAP est l'accès et le partage des connaissances sur la NAP à toute personne désireuse d'apprendre et de comprendre la NAP.

Depuis sa création, c'est 15 articles qui ont été mis en ligne abordant différents thèmes tels que l'entraînement, la musculation, technique de nage, prévention, étirements, rapport de déplacement à Tomsk ; interview ; compte rendu d'OFAJ...

### Comment publier un document au sein de la BNAP ?

Un document ou article réalisé par un membre du CNE est proposé à la Responsable Nationale du Collège National des Entraîneurs, Mme Typhaine RIOUX. A travers une lecture conjointe avec le RTN, M. Frédéric CASTEL et au RTN Adjoint, M. Clément NORMANI, le document est validé si ce document est intéressant et apporte quelque chose de nouveau à ce qui est déjà mis en ligne. Il sera réécrit ou remis en forme si besoin ; mis en ligne par le RTN sur le site de la CNNAP et apparaîtra au prochain numéro du Palmes Infos. (\* cf : dernière partie du Palmes Infos : comment rejoindre le CNE)



### LE CHIFFRE

**29** personnes ont assisté au colloque du Collège National des entraîneurs. (7 initiateurs, 10 EF1°, 4 stagiaires EF2°, 4 EF2°, 2 médecins, et 2 BEESAN. Ces 29 personnes venaient de 8 régions différentes : Bretagne, Centre, Est, Guadeloupe, Ile-de-France, Picardie, Midi-Pyrénées, Normandie, Provence)



### LE LIEN INTERNET

[www.nageavecpalmes-ffessm.com/](http://www.nageavecpalmes-ffessm.com/)

Retrouvez dans la rubrique « Formation », la récente « Bibliothèque NAP », mise à jour régulièrement. Vous y retrouverez compte-rendu, analyses, dossiers, mémoires et même vidéos sur la nage avec palmes.

# Le Colloque du CNE

RESUME DU COLLOQUE DU  
5 DECEMBRE DERNIER.



Le 5 décembre 2009 a eu lieu le Colloque annuel du Collège National des Entraîneurs de Nage avec Palmes à Paris. Ce colloque avait pour thème « le Rapport quantitatif et qualitatif d'une planification annuelle d'entraînement en Nage avec Palmes ». Après avoir analysé et défini ce sujet de manière collective, 4 entraîneurs nous ont présenté leur planification d'entraînement :

D. MORIN pour E. THIENOT, 4<sup>ième</sup> du 6 Km des Championnats du Monde de Longue Distance en 2005 ;  
T. CHASTAGNER pour C. AZE, Championne d'Europe Junior du 800 et 1500m sf 2009 ;  
R. SMOLIN-FROISSART pour R. KAMOIZAN, 6<sup>ième</sup> sur 1500m sf des Championnats du Monde Piscine 2009 ;  
H. BRILHAULT pour A. POLO, Vice-champion du Monde sur 4X200m sf 2009 avec le relais de la Colombie.

Ce colloque s'est terminé par l'intervention de N. BIDEAU sur le thème de la journée mais appliqué à d'autres sports cycliques comparables à la Nage avec palmes en terme de dépenses énergétiques tels que l'Aviron, le Cyclisme, l'Athlétisme ou encore la Natation. Une synthèse de ce colloque sera disponible sur le site de la Commission Nationale de Nage avec Palmes à partir de Février 2010 (onglet « Formation » ; onglet « BNAP »). Je voudrai remercier ces 5 intervenants qui ont donné de leur temps pour la réalisation de ce colloque ainsi que la Commission Nationale de Nage avec Palmes pour la mise en place administrative et publicitaire de ce colloque.

## Comment rejoindre le Collège National des Entraîneurs ?

Rejoindre le CNE permet aux entraîneurs de **participer** aux recherches entreprises par le CNE ; de publier des articles sur le site de la CNNAP et dans le Palmes Infos ; **partager** et **échanger** vos connaissances avec d'autres entraîneurs ; **assister** aux colloques qui seront dans l'avenir réservé aux membres du CNE et enfin, **contribuer** à l'élaboration du « Manuel de l'entraîneur de Nage avec Palmes ».

**Pour nous rejoindre** : se déclarer auprès de la Responsable Nationale du CNE, Mme Typhaine RIOUX ([typhainerioux@yahoo.fr](mailto:typhainerioux@yahoo.fr)), par mail en indiquant vos nom, prénom, club, n° de téléphone et diplôme universitaire ou/et fédéral de NAP le plus élevé.

## Evénement à venir :

Collège National des Entraîneurs  
Nage avec palmes  FFESSM



Collège National des entraîneurs  
Fédération Française d'Etudes et de Sports  
Sous-Marins  
24, Quai de Rive Neuve  
13284 MARSEILLE  
Cedex 7 (France)

JANVIER 2010							FÉVRIER							MARS						
L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D
				1	2	3	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
4	5	6	7	8	9	10	8	9	10	11	12	13	14	8	9	10	11	12	13	14
11	12	13	14	15	16	17	15	16	17	18	19	20	21	15	16	17	18	19	20	21
18	19	20	21	22	23	24	22	23	24	25	26	27	28	22	23	24	25	26	27	28
25	26	27	28	29	30	31								29	30	31				

- ✓ du 15 au 18/01 Salon de la Plongée
- ✓ 01/02 Limite pour réaliser le test 2000m
- ✓ 15/02 Classement provisoire Critérium Jeunes
- ✓ 14/02 Compétition de référence : Grand-Couronne
- ✓ 19 au 21/03 Assemblée Générale FFESSM : Annecy
- ✓ 26 au 28/03 Coupe de France des Clubs 2010 : Cambrai

[www.nageavecpalmes-ffessm.com](http://www.nageavecpalmes-ffessm.com)