

Natation encadrée en Lac

Exercices spécifiques et encadrement
en Paddle Board



Pourquoi ?

- Pour une meilleure sécurité des nageurs
- Entrainements spécifiques course (bouées, natation en masse, départ triathlon, orientation)
- Technique de natation avec et sans combinaison
- Création de groupe de niveau



Pour qui ?

- Uniquement les athlètes licenciés au Charleville Triathlon Ardennes
- Du débutants aux nageurs confirmés
- La création de groupes se fera en fonction du nombre de participants et du niveau de chacun



Quand ?

- En fonction des disponibilités des encadrants, des sessions vous seront proposées plusieurs jours à l'avance.
- Evidemment quand les conditions météorologiques optimales sont réunies, ainsi que la qualité du lac.



Comment participer ?

- Etre licencié au CTA
- S'inscrire à la session lorsque vous êtes prévenu de l'organisation d'un encadrement. Cela permet une meilleure organisation pour l'équipe encadrante ainsi que la création des groupes en amont.



Quelques règles essentielles

- Seulement les licenciés du CTA seront reconnus comme faisant partie de l'entraînement encadré.
- Les paddle sont des outils d'encadrement onéreux et en aucun cas des jouets (respect des encadrants).
- Les encadrants peuvent annuler la séance si les conditions de sécurité ne sont pas réunies (météo, salubrité des lieux et de l'eau).
- S'inscrire à l'entraînement avant la mise à l'eau, rester avec le groupe et surtout prévenir si le licencié quitte le groupe avant la fin de l'entraînement (afin de savoir le nombre exact d'athlètes à encadrer).

