BILAN DU PASS'COMPÉTITION

du dimanche 22 Mars 2015

En raison des intempéries et d'une incompréhension du jury quant à son rôle, du moins pour certains de ses membres, pendant l'épreuve d'un pass'compétition, (les $\frac{3}{4}$ des membres du jury pensaient, à tort, qu'ils n'avaient pas à juger réglementairement ce 100m4nages) il a été décidé de faire re-nager tout le monde puisqu'il est manifeste que certains des nageurs ont enfreint à plusieurs reprises la réglementation sans que les juges aient relevé la ligne et la série où les fautes avaient été commises .

Par ailleurs, je note pour l'ensemble des nageurs, un très faible niveau technique, notamment en brasse, et l'absence quasi totale de maîtrise des virages, à laquelle se surajoute, et ceci explique cela, **l'absence totale de coulée**, coulée en position flèche qui est, je le rappelle, un des exercices de base du niveau école de natation. Je renvoie à ma note adressée récemment aux clubs, relative aux critères d'évaluation pour le pass'compétition et vous renvoie également au DVD de la FFN présentant le pass'compétition. Il est évident que si les différents moments du 100m4N, départs, virages, coulées... etc, ne sont pas travaillés à l'entraînement et répétés des dizaines de fois, les nageurs ne seront pas en mesure le jour de l'épreuve d'effectuer l'exercice correctement. (Par exemple, si dans les clubs les nageurs n'apprennent jamais en dos à se servir des drapeaux pour l'approche du mur pour une arrivée ou pour un virage dos/dos ou en l'occurrence dos/brasse, il est logique que le jour du pass'compétition ils fassent des arrivées en dos, avant de repartir en brasse, avec le coude, le dos ou la tête, comme ce fut le cas de 99% des concurrents ce Dimanche. Je rappelle que pour tous les groupes d'entraînement de quelque niveau que ce soit toutes les séances doivent se faire avec les drapeaux de dos.)

Je conseillerais donc, de ne présenter au pass'compétition que les seuls nageurs dont la maîtrise technique est suffisante pour qu'ils puissent réussir l'exercice et, en attendant, d'organiser en interne par exemple, éventuellement avec un autre club, des rencontres où les nageurs ont à réaliser des 50m, en crawl et en spécialité (sauf pour le papillon où il vaut mieux rester sur un 25m), puis un 100m 4nages, le tout sans chrono mais avec commentaire de ce qui a été bien ou mal fait, avant de les présenter au pass'compétition lui même.

La note, évoquée plus haut, que j'ai transmise devrait pouvoir servir, en l'adaptant, pour composer un programme d'entraînement pour les écoles de natation puisque le pass'compétition doit être la finalité de ce niveau de pratique.

Je rappelle enfin, que je suis disponible à votre demande pour venir vous donner mon avis sur l'organisation et les exercices à mettre en place au niveau d'une école de natation.... et pour tout autre groupe d'entraînement.

Les nageurs et nageuses du pass'compétition de ce dimanche 22 Mars peuvent donc venir le repasser le jour du natathlon 3 le Dimanche 26 Avril.