

Compte rendu de réunion – Groupe de travail « Benjamin »

Date : Lundi 13 octobre 2025 9h-10h30

Lieu : Réunion en visioconférence

Présents : Hugo, Sophie, Cédric

1. Objectif de la réunion

L'objectif principal de cette réunion était de **discuter et faire évoluer le programme Benjamin** tout en respectant le schéma du **nageur complet**.

2. Rappel des exigences par catégorie

- **Benjamins 12 ans :**
 - Épreuves à présenter : Tous les 100 m, 400 m nage libre, 800 m nage libre, 200 m 4 nages, et un 50 m dans la spécialité.
- **Benjamins 13 ans :**
 - Épreuves à présenter : tous les 200 m, 800 m nage libre, 1500 m nage libre, 400 m 4 nages et 50 m papillon.

L'objectif est de **former des nageurs complets et polyvalents**, capables d'évoluer sur l'ensemble des nages.

3. Philosophie du programme

Le département et les entraîneurs partagent la volonté de **promouvoir le nageur complet** et le **nageur 4 nages**.

Une **finalité annuelle** sera mise en place avec un **Trophée du nageur complet** et un **Trophée du nageur 4 nages**.

Des **récompenses** seront attribuées aux **5 meilleurs nageurs (1re et 2e année, garçons et filles)** lors d'une compétition fin 2026 (à voir avec le groupe GTD)

4. Programme des compétitions

- **8 février à Bonneville :**
 - **Matin :**
 - Relais 4 × 100 m (50 papillon / 50 brasse)
 - Relais 4 × 100 m (50 dos / 50 crawl)
 - Relais 4 × 200 m (par nage)
 - **Après-midi :**
 - 800 m nage libre (12 et 13 ans)

- 50 m papillon, 50 m dos (12 et 13 ans)
 - 200 m 4 nages (12 ans)
 - 400 m 4 nages (13 ans)
 - 50 m brasse, 50 m crawl (12 et 13 ans)
 - Chaque nageur devra effectuer **au minimum un 50 m au choix, et au maximum deux 50 m.**
- **15 mars :**
Programme complet identique à l'an dernier.
 - **14 juin :**
Programme inchangé également.
-

5. Perspectives et évolutions souhaitées

Les entraîneurs souhaitent que ce **programme soit maintenu sur une période de trois ans**, avec :

- la possibilité d'**intégrer des juniors** sur certaines compétitions,
 - des **rencontres inter-départements** (notamment avec la Savoie et l'Ain), afin de **stimuler la motivation** et **favoriser l'émulation** en confrontant les nageurs à d'autres adversaires.
-

6. Stage de cohésion – Janvier

Un **stage d'une journée** sera organisé en **janvier** pour **regrouper les sélections Avenirs** (Coupe Catherine Pléwinsky) et **Benjamins** (Coupe des Départements).

Objectifs :

- Renforcer la **cohésion de groupe**,
 - Favoriser les **échanges entre entraîneurs**,
 - Travailler sur des **axes communs de progression**.
-

Fin de la réunion

La séance s'est conclue sur un accord global concernant la continuité et la valorisation du projet du nageur complet.