



**PAYS D'AIX
NATATION**

**SECTION
NATATION
COURSE**



**Centre
d'Accession et
De Formation
Aix en Provence**



SWIMM



GROUPE NATIONAL **Catégorie Juniors & Seniors** **SAISON 2025 - 2026**

ENTRAINEURS: Lionel MOREAU et Théo VERWEIRDE

Nombre de séances disponibles : 9

Nombre de séances obligatoires : 6-9

Entraînements obligatoires les mercredis et samedis

CATÉGORIE : Juniors et Séniors

ENGAGEMENTS : être de niveau national ou en devenir. Avoir un triple projet sur le long terme. Respecter le nombre d'entraînements obligatoires. Si non respect des présences, de la participation aux compétitions, de l'investissement à l'entraînement, le nageur pourra être dirigé vers un autre groupe.

OBJECTIFS : se qualifier et participer aux différents Championnats de France, Elite et de catégories d'âge. Viser une qualification en équipe de France Juniors.

COMPÉTITIONS: sur décision de l'entraîneur.

VACANCES SCOLAIRES : entraînements obligatoires

MATERIEL OBLIGATOIRE : 1 planche - 1 pull-bouy - 1 élastique - 1 paire de palmes - 1 tuba frontal - 1 paire de plaquettes - 1 gourde - chaussure de sport, short et t-shirt - 1 élastique de résistance - 1 tapis de yoga - 1 Polar.

POUR TOUTES ABSENCES : merci de prévenir les entraîneurs en avance.

ENTRAÎNEMENTS

LUNDI	Natation	7h - 8h30	PYB
	PPG CREPS	16h30 - 17h30	CREPS
	PPG	16h45 - 18h	PYB
	Natation	18h - 20h	PYB
MARDI	Natation	16h - 18h	VEN
MERCREDI	Natation	7h - 8h30	PYB
	PPG	15h - 16h	VEN
	Natation	16h - 18h	
JEUDI	PPG CREPS	14h30 - 15h30	CREPS
	PPG	16h45 - 17h30	PYB
	Natation	17h30 - 19h30	PYB
VENDREDI	Natation	7h - 8h30	PYB
	Natation	16h - 18h	PYB
SAMEDI	Natation	8h - 10h	VEN



**PAYS D'AIX
NATATION**

**SECTION
NATATION
COURSE**



GROUPE REGION **Catégorie Juniors-Seniors** **SAISON 2025 - 2026**

ENTRAINEUR: Théo VERWEIRDE

Nombre de séances disponibles : 6

Nombre de séances obligatoires : 5

CATÉGORIE :

JUNIORS

Filles et garçons 2012-2011-2010-2009-2008

ENGAGEMENTS : Respecter le nombre d'entraînements obligatoires. Si il y a un non-respect des présences, de l'investissement à l'entraînement, le nageur pourra être considéré comme nageur départemental (c'est-à-dire moins de privilège comme les stages ou compétitions extérieurs,...)

OBJECTIFS : Respecter les engagements, développer l'esprit d'équipe et atteindre les différents championnats selon le niveau du nageur.

COMPÉTITIONS : La participation est sur décision de l'entraîneur.

VACANCES SCOLAIRES :

Stage à Aix TOUSSAINT, FEVRIER, et extérieur à PAQUES

MATERIEL OBLIGATOIRE : 1 planche – 1 pull-boy – 1 élastique – 1 paire de palmes – 1 tuba frontal – 1 paire de plaquettes – 1 gourde – chaussure de sport, short et t-shirt.

POUR TOUTES ABSENCES : merci de prévenir les entraîneurs en avance. (0621512260)

ENTRAINEMENTS

-Lundi : (aux milles)

19h-21h (30min de PPG)

-Mardi : (Venelles)

Possibilité de PPG de 16h30 à 17h30, entraînement 18h-20h

-Mercredi : (Venelles)

17h-18h (PPG) 18h-20h

-Jeudi : (Venelles)

18h-19h30

-Vendredi : (Yves Blanc)

16h-17h30

18h-19h30

-Samedi : (Venelles) 8h-10h / PPG : 10h-11h



**PAYS D'AIX
NATATION**

**SECTION
NATATION
COURSE**

GROUPE DEPARTEMENTAL **Catégorie Benjamins-Juniors** **SAISON 2025 - 2026**

RESPONSABLE : Théo VERWEIRDE

ENTRAINEURS : Alexis AZAM et Théo VERWEIRDE

Nombre de séances disponibles : 3

Nombre de séances obligatoires : 2

CATÉGORIE :

JUNIORS

2008-2009-2010-2011-2012

BENJAMINS

2013-2014

ENGAGEMENTS : Respecter le nombre d'entraînements obligatoires. Si il y a un non-respect des présences, le nageur pourra être dirigé vers une autre section.

OBJECTIFS : Respecter les engagements, développer l'esprit d'équipe et atteindre ces objectifs individuels.

COMPÉTITIONS : La participation est sur décision de l'entraîneur.
La tenue du club est obligatoire en compétition (short, t-shirt et bonnet)

VACANCES SCOLAIRES :

Stage d'une semaine à Aix-en-Provence à la TOUSSAINT, FEVRIER et PAQUES

MATERIEL OBLIGATOIRE : 1 planche – 1 pull-boy – 1 élastique – 1 paire de palmes – 1 tuba frontal – 1 paire de plaquettes – 1 gourde.

POUR TOUTES ABSENCES : merci de prévenir les entraîneurs en avance.

Théo : 0621512260

Alexis : 0629111587

ENTRAINEMENTS

-Mardi : (PLEIN CIEL) 20h-21h Jas de Bouffan

-Jeudi : (PLEIN CIEL) 19h30-21h Jas de Bouffan

-Vendredi : (YVES BLANC) 18h-19h30 Aix en Provence





**PAYS D'AIX
NATATION**

**SECTION
NATATION
COURSE**

GROUPE AVENIRS **Catégorie Avenirs** **SAISON 2025 - 2026**

RESPONSABLE : Théo VERWEIRDE
ENTRAINEURS : Alexis AZAM

Nombre de séances disponibles : 4
Nombre de séances obligatoires : 3

CATÉGORIE :

AVENIRS

2015-2016

ENGAGEMENTS : Respecter le nombre d'entraînements obligatoires. S'il y a un non-respect des présences, le nageur pourra être dirigé vers une autre section.

OBJECTIFS : Respecter les engagements, développer l'esprit d'équipe et atteindre ces objectifs individuels.

COMPÉTITIONS : La participation est sur décision de l'entraîneur. La tenue du club est obligatoire en compétition. (short, t-shirt et bonnet) Les commandes sont sur le site de notre fournisseur SWIIM.

VACANCES SCOLAIRES :

Stage d'une semaine à Aix-en-Provence à la TOUSSAINT, FEVRIER et PAQUES

MATERIEL OBLIGATOIRE : 1 planche – 1 pull-boy – 1 élastique – 1 paire de palmes – 1 tuba frontal – 1 gourde.

POUR TOUTES ABSENCES : merci de prévenir les entraîneurs en avance.

Théo : 0621512260

Alexis : 0629111587

ENTRAINEMENTS

-Lundi : (CENTRE AQUATIQUE SAINTE VICTOIRE)
18h30-19h30 Venelles

-Mardi : (PLEIN CIEL) 19h-20h Jas de Bouffan

-Mercredi : (CENTRE AQUATIQUE SAINTE VICTOIRE)
9h30-12h Venelles

-Samedi : (CENTRE AQUATIQUE SAINTE VICTOIRE)
10h-11h Venelles





**PAYS D'AIX
NATATION
SECTION
NATATION
COURSE**



**Centre
d'Accession et
De Formation
Aix en Provence**



GROUPE RELEVE

Catégorie Benjamin (2013 - 2014)

SAISON 2025 - 2026

ENTRAINEURS : Alexis AZAM Théo VERWEIRDE

Nombre de séances disponibles : 6

Nombre de séances obligatoires : 4

Entraînement obligatoire le samedi

CATÉGORIE : Benjamin (2013 – 2014)

ENGAGEMENTS : **Respecter le nombre d'entraînements obligatoires (être au bord du bassin 10 minutes avant le début du cours)**, développer une attitude de compétiteur, suivre les consignes des entraîneurs. **Si non respect des présences (votre enfant ne sera pas convoqué pour les compétitions)**, le manque d'investissement et de présence à l'entraînement, pourra entraîner un changement de groupe.

OBJECTIFS : participer aux compétitions par équipe, se qualifier aux Championnats Régionaux/Nationaux, continuer sur une évolution en vue de monter sur les groupes supérieurs.

COMPÉTITIONS: sur décision de l'entraîneur.

TENUE : short, teeshirt et bonnet du club sont obligatoires pour les compétitions

VACANCES SCOLAIRES : durant les stages je respecte le nombre d'entraînement obligatoire.

MATÉRIEL OBLIGATOIRE : 1 planche – 1 pull-boy – 1 élastique – 1 paire de palmes – 1 tuba frontal – 1 paire de plaquettes – 1 gourde – chaussure de sport, short et t-shirt.

POUR TOUTES ABSENCES : merci de prévenir les entraîneurs en avance.

ENTRAINEMENTS

LUNDI	PPG Natation	16h - 16h30	PYB
		16h30 – 18h	
MARDI	Natation	18h - 19h30	VEN
MERCREDI	PPG Natation	13h - 14h	VEN
		14h - 16h	
JEUDI	Natation	16h – 17h30	PYB
VENDREDI	Natation	16h - 17h30	PYB
		18h - 19h30	
SAMEDI	PPG Natation	11h - 12h	VEN
		12h - 14h	



**PAYS D'AIX
NATATION**

**SECTION
NATATION
COURSE**

GROUPE PROMESSE

Catégorie Avenirs

SAISON 2025 - 2026

RESPONSABLE : Théo VERWEIRDE

ENTRAINEURS : Alexis AZAM et Léo SCHLOMOFF

Nombre de séances disponibles : 3

Nombre de séances obligatoires : 2

CATÉGORIE :

Avenirs

2016-2017-2018

ENGAGEMENTS : Respecter le nombre d'entraînements obligatoires. Si il y a un non-respect des présences, le nageur pourra être dirigé vers une autre section.

OBJECTIFS : Respecter les engagements, développer l'esprit d'équipe et atteindre ces objectifs individuels.

COMPÉTITIONS : La participation est sur décision de l'entraîneur. La tenue du club est obligatoire en compétition (short, t-shirt et bonnet)

Les commandes sont sur le site de notre fournisseur SWIIM.

VACANCES SCOLAIRES :

Stage d'une semaine à Aix-en-Provence à la TOUSSAINT, FEVRIER et PAQUES

MATERIEL OBLIGATOIRE : 1 planche – 1 pull-boy – 1 élastique – 1 paire de palmes – 1 tuba frontal – 1 gourde.

POUR TOUTES ABSENCES : merci de prévenir les entraîneurs en avance.

Théo : 0621512260

Alexis : 0629111587



ENTRAINEMENTS

-Mardi : (PLEIN CIEL) 19h-20h Jas de Bouffan

-Mercredi : (CENTRE AQUATIQUE SAINTE VICTOIRE)

11h30-12h30 Venelles

-Jeudi : (PLEIN CIEL) 18h-19h30 Jas de Bouffan



PAYS D'AIX
NATATION

SECTION
NATATION
COURSE



GROUPE MASTERS

SAISON 2025 - 2026

ENTRAINEURS: à déterminer

Nombre de séances disponibles : 6

CATÉGORIE : Dames et Messieurs 25 ans et plus

OBJECTIFS :

- S'amuser en s'entraînant à son niveau
- Participer aux compétitions Masters locales et nationales
- Essayer de participer à deux compétitions non Masters (Interclubs Toutes Catégorie + 1 au choix)

COMPÉTITIONS OBLIGATOIRES: Interclubs Toutes Catégorie et Interclubs Masters

ATTENTION, en raison de différentes organisations de compétitions à travers la saison, il est possible que certains entraînements soient annulés ou déplacés.

ENTRAÎNEMENTS

LUNDI	20h – 21h30	4 lignes 25m	PYB*
MARDI	12h – 13h30	2 lignes 25m	VEN**
JEUDI	12h – 13h15 19h45 – 21h15	2 lignes 25m 5 lignes 25m	PYB MILLES****
VENDREDI	12h – 13h30	2 lignes 25m	PYB
SAMEDI	8h – 10h	3 lignes 25m	VEN

*PYB – Piscine Yves Blanc, Aix-en-Provence

**VEN – Centre Aquatique Sainte Victoire, VENELLES

*** JAS – Piscine Plein Ciel, Jas de bouffan, Aix-en-Provence

**** MILLES – Piscine Claude Bollet, Aix –les-Milles