

A Angoulême, le 21 janvier 2019.

Destinataires:

- Tous les clubs du CRCKNA



Thibaud DELAUNAY - Conseiller Technique Régional
31 rue de la prairie du mas 16 710 St Yrieix
Tél.: 06.63.73.62.62 - Mail : tdelaunay@ffck.org



Kevin SPONEM - Conseiller Technique Fédéral Départemental
Maison des sports – Rue des Mesniers – Domaine de la Combe
Tél : 06-87-51-69-12 / @ : <http://work.kevinsponem@gmail.com>

PRÉ-TESTS DU PARCOURS DE L'EXCELLENCE SPORTIVE Le Mercredi 13 février 2019 - ANGOULEME

Cette journée est ouverte aux sportifs qui ont un projet orienté vers une démarche de compétition et/ ou dont l'objectif est d'entrer au Pôle d'entraînement d'Angoulême ou au Pôle Espoir.

L'objectif premier est d'évaluer ses capacités physiques et de prendre connaissances des tests nationaux qui auront lieu le 16 Mars 2019 à Toulouse.

Cette journée est ouverte à tous les athlètes de la Région Nouvelle Aquitaine.

UNE PRESENTATION DES ENTRETIENS SERA FAITE AVEC QUELQUES OUTILS ET CONSEILS POUR LES PREPARER !

Lieu de L'action :

- Angoulême – Île de Bourgines
- RDV Mercredi 13 février 2019 à 13h45/14H à Bourgines = SOYEZ à L'HEURE !!!

Objectifs de l'action :

- Découverte des tests pour les plus jeunes et premier point d'étape pour les athlètes.
- Faire un bilan des qualités physiques
- Préparer les tests du 16 Mars 2019.

Public Concerné :

- Minimes 1 et 2
- Cadets 1 et 2 investis dans une démarche sportive et déjà inscrit au Pôle.
- Les Juniors 1 et 2 déjà inscrits au Pôle.
- Ou autre sur demande

Matériel nécessaire :

- Tenue de sport complète avec de vraies chaussures de footing (3000m et épreuves physiques)
- Bateaux directeur (CEL) et pagaie adaptée (200m et 2000m)
- Bouteille d'eau

R1: Thibaud DELAUNAY – tdelaunay@ffck.org - 06 63 73 62 62

Cadres : Kévin SPONEM (work.kevinsponem@gmail.com – 06 87 51 69 12), Cyril LEBLOND, Nicolas LABAT, Quentin LYPHOUT + tous autres cadres disponibles...

Renseignements et inscriptions : Avant le 10 Février 2019

- Par mail à : Thibaud DELAUNAY – tdelaunay@ffck.org - 06 63 73 62 62
- Envoyer votre Nom / Prénom – Date de naissance – N° de Licence et Club.

Programme prévisionnel :

- 13h45 : Arrivée des participants, accueil / Présentation des entretiens : objectifs / projet
- 14h00 : Explications de l'après midi
- 14h15 à 18h00 : Mise en place des tests en fonction du nombre de participants