

GROUPE CAF

ALLIANCE DIJON NATATION



LE GROUPE CAF

Les missions sportives du CAF (Centre d'Accession et de Formation) sont :

- Permettre aux nageurs inscrits au Centre d'Accession et de Formation de bénéficier de conditions idéales pour performer aux championnats de France et d'accéder potentiellement aux sélections nationales.
- S'inscrire dans le **double projet sportif et scolaire**. La priorité reste le projet scolaire, la seconde priorité de l'athlète est la natation. L'organisation avec notre lycée partenaire permet aux nageurs de réaliser les deux projets de front.
- Permettre aux nageurs d'avoir un **suivi de qualité** encadré par un entraîneur expérimenté à niveau national et international. Bénéficiaire d'un suivi dispensé par des kinésithérapeutes spécialistes de la natation.
- La mise en place d'un ensemble d'actions (séquences d'entraînements, stages, compétitions) qui visent à développer et renforcer l'autonomie des nageurs et leur capacité à mener à bien leur projet sportif.

Le centre de formation de Dijon de par les moyens investis et les exigences mises en place répond au cahier des charges de la fédération et est labellisé CAF.

LES PRÉ-REQUIS

- L'entrée dans le groupe CAF est réservée à des nageurs dont le niveau répond aux **critères fédéraux et régionaux**. La ligue Bourgogne-Franche-Comté notifie par email les parents dont les enfants sont pré-selectionnés pour intégrer le CAF.
- Les nageurs intégrant le CAF doivent être prêts à respecter les **exigences** du groupe (participer à tous les entraînements et stages du programme, respecter scrupuleusement la charte du club, avoir une attitude positive et exemplaire pour les nageurs les plus jeunes)



ENCADREMENT SPORTIF

Nous travaillons en partenariat avec Quentin Lecheneaut, médecin du sport agréé qui assure le suivi médical des nageurs.

Toutes les deux semaines, les nageurs sont suivis par un **kinésithérapeute** du sport spécialisé dans la natation au cabinet K30S avec qui nous travaillons en partenariat. Le cabinet est en contact direct avec l'entraîneur du CAF. Dans le cas de blessures, le suivi de l'athlète est assuré.

L'encadrement est assuré par un **entraîneur diplômé**, expérimenté à niveau national et international et un **entraîneur assistant**.

RÉFÉRENCES

Informations concernant le groupe : **Spond** (application dédiée)

Entraîneurs groupe CAF :

Ramzi MEKHMOUKH ramzi.mekhmoukh@dijonnatation.com

Amélie Koenig (Assistante)



ENCADREMENT SCOLAIRE

Dans le cadre du **double projet sportif et scolaire**, la poursuite d'une scolarité réussie est une condition sine qua none à l'Alliance Dijon Natation. Une convention partenariale relie le **Lycée Boivin** et l'ADN. La convention inclut notamment des **aménagements horaires** pour les nageurs, ainsi que la participation du club aux conseils de classes, afin de veiller à l'évolution scolaire des nageurs.

Le **Lycée Boivin** est l'établissement scolaire de référence pour les sportifs à Dijon avec des dizaines de disciplines et des centaines de SHN (sportifs de haut niveau). Il propose notamment de passer le **bac en 4 ans** (1ère et Terminale en 3 ans) afin de **faciliter** l'évolution scolaire et sportive du nageur avec un emploi du temps moins chargé permettant d'effectuer 8 à 10 entraînements par semaine.

Les nageurs du CAF ont également la possibilité d'effectuer leur scolarité au Lycée des Arcades avec un bac en 3 ans avec des aménagements horaires individualisés.

Le double projet continue pour les **nageurs universitaires** grâce au dispositif **PEPS** (statut pour les sportifs de haut niveau) en partenariat avec l'Université de Bourgogne, qui permet un **allègement** et une flexibilité de son emploi du temps universitaire.

LES STRUCTURES



Piscine Olympique Dijon Métropole

Bassins intérieurs de 50m et 25m

HORAIRES D'ENTRAÎNEMENT

EXEMPLE (fin des cours à 16h05)*

CAF	Piscine Olympique Dijon Métropole	
Lundi	7h à 9h30	16h30 à 20h
Mardi	6h45 à 9h30	16h30 à 18h45
Mercredi	14h à 17h30 Kiné 1sem/2 de 17h30 à 18h	
Jeudi	6h45 à 9h30	16h30 à 18h45
Vendredi		16h30 à 19h30
Samedi	7h30 à 11h30	

*emploi du temps organisé en fonction des plannings scolaires

Les nageurs se déplacent sur leur lieu d'entraînement en autonomie. La piscine est très facile d'accès par les transports en commun (15' du lycée Boivin / 25' du lycée des arcades).

Pour les nageurs du lycée Boivin, une **navette** est organisée les mardis et jeudis matin pour amener les nageurs de la piscine au lycée à 10h00.

LES COMPÉTITIONS

Une **douzaine** de compétitions ont lieu dans l'année (meeting nationaux, championnats de France, compétitions étrangères, etc.)

Ces compétitions sont **obligatoires** pour tous les nageurs du groupe.

Toutes les informations concernant le calendrier, les compétitions et les différents événements vous seront communiquées par **Spond** (une application dédiée pour toute la communication entre parents, nageurs et entraîneurs).



INFORMATIONS PRATIQUES

COTISATION ET FRAIS SPORTIFS

Le coût de l'adhésion au groupe CAF est de 495€ pour la saison.

Des frais sportifs sont à prévoir :

- **Pour une participation aux stages d'entraînement (un total d'approximativement 650 € pour une vingtaine de jours de stage dans l'année).**
- **Les déplacements extérieurs de + de 120km (8€ le repas de midi et 32€ pour le repas du soir, nuitée d'hôtel et petit-déjeuner).**

Les déplacements en compétitions nationales sont totalement pris en charge par le club.

Les engagements en compétition (entre 6 et 8 euros par course) sont pris en charge par le club.

Frais sportifs approximatifs : 1500€.

FRAIS SCOLAIRES

➤ **Lycée Jean-Marc BOIVIN (Chevigny-St-Sauveur) :**

Forfait 4 nuits : 1764 € l'année (tout compris).

Forfait 5 nuits (dimanche) 19h00 - 21h00 (repas personnel dimanche soir, possibilité de faire réchauffer) : 1908€ l'année.

➤ **Lycée Privé des Arcades (Dijon) :**

Frais scolarité 724€ en lycée général et 625€ en lycée professionnel + cantine 6,50€ euro le repas.

Frais d'internat chambre double 3785 euros l'année (repas compris).

Chambre simple 4245 euros l'année (repas compris).

➤ **Les logements CREPS**

Pension interne annuelle (septembre à juin, week-end et repas du midi non compris) : 5000€.

Week-end complet : 50€.

Vacances scolaires approximativement 150€ par stage (en cas de stage à domicile).

Pour + de renseignements



L'ALLIANCE DIJON NATATION



Allée de Ribeauvillée
03 80 66 55 62
contact@dijonntation.com



Alliance Dijon Natation



@dijonntation



Alliance Dijon Natation