

GROUPE GCC

ALLIANCE DIJON NATATION



LE GROUPE GCC

Le **Groupe Compétition Club (GCC)** est un groupe compétitif. Il est possible d'intégrer ce groupe à partir de la catégorie Junior (14 ans pour les filles et 15 ans pour les garçons).

Ce groupe permet aux nageurs, qui n'ont pas toutes les exigences ou qui ne souhaitent pas intégrer le CAF, d'élaborer un **double projet** alliant études et performance sportive. L'objectif est de construire dans des conditions optimales tous les moyens qui permettent d'évoluer vers un **niveau national**.

Le projet sportif au sein du GCC est de continuer d'évoluer dans sa pratique et de participer aux différents championnats nationaux. Le GCC peut ainsi servir de passerelle afin d'intégrer le CAF, groupe régional axé sur l'accès au haut niveau.

Les pré-requis nécessaires pour intégrer le groupe sont :

- Avoir un niveau **régional**
- Être prêt à s'entraîner au minimum **5 fois** par semaine
- Participer aux **compétitions** obligatoires
- Participer aux **stages** à domicile et à l'extérieur

ENCADREMENT SPORTIF

Un encadrement et un suivi régulier sont mis en place par **l'entraîneur référent**, DEJEPS avec de l'expérience au niveau régional et national, et un assistant sur certains entraînements.

Les nageurs du groupe sont suivis dans la définition et la création d'un projet sportif avec leur entraîneur, c'est le projet conjoint de l'entraîneur et de l'athlète. Un accompagnement complet est proposé par la suite : entretien individuel trimestriel, suivi en préparation physique...

Le groupe ne dispose pas d'un suivi médical par le club, il est pris en charge par les parents. L'entraîneur peut suggérer un staff privé avec lequel le club a l'habitude de travailler.

RÉFÉRENCES

Informations concernant le groupe : **Spond**

Entraîneur groupe GCC :

Médéric BOULARD : médéric.boulard@dijonnatation.com



ENCADREMENT SCOLAIRE

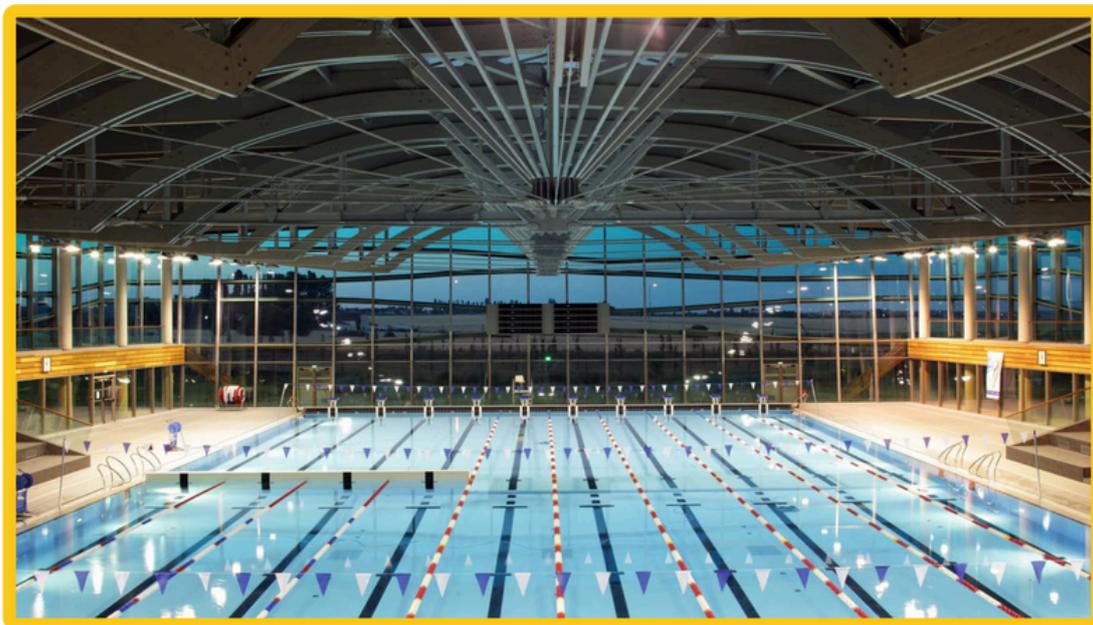
Dans le cadre du double projet sportif et scolaire, la poursuite d'une scolarité réussie est une condition sine qua none à l'Alliance Dijon Natation. Une convention partenariale relie le **Lycée Boivin** et l'ADN. La convention inclut notamment des **aménagements horaires** pour les nageurs, un suivi en lien avec le proviseur et le CPE de l'établissement, 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 est également très **facile d'accès** grâce aux transports en commun, et des navettes sont organisées tous les mardis et jeudis matins pour ramener les nageurs après l'entraînement.

Les nageurs du GCC ont également la possibilité d'effectuer leur scolarité au Lycée des Arcades avec des aménagements horaires.



LES STRUCTURES



Piscine Olympique Dijon Métropole

Bassins intérieurs de 50m et 25m

HORAIRES D'ENTRAÎNEMENT

GCC	Piscine Olympique Dijon Métropole	
Lundi	17h30 à 20h30	
Mardi	18h30 à 20h30	
Mercredi	16h30 à 20h30	
Jeudi	7h15 à 9h30	18h30 à 20h30
Vendredi	18h15 à 20h30	
Samedi	7h45 à 10h15	

Les nageurs du groupe GCC ont **5 entraînements obligatoires par semaine**. Si ces exigences ne sont pas respectées, la présence du nageur dans le groupe pourra être remise en question.

Le programme d'entraînement de la semaine est constitué de **8 séances d'entraînements en bassin** et de **3 séances de préparation physique**.

LES COMPÉTITIONS

Une **dizaine** de compétitions ont lieu dans l'année (départementales, régionales, meeting nationaux, etc.)

Ces compétitions sont **obligatoires** (sauf certaines qui peuvent être optionnelles).

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 GCC est de 411€ pour la saison.

Des frais sportifs sont à prévoir :

Pour les stages (un total d'approximativement 650 €) avec un stage à l'extérieur et 4 stages à domicile.

Les potentiels déplacements extérieurs de + de 100km (8€ le repas de midi et 32€ pour le repas du soir, nuitée d'hôtel et petit-déjeuner).

L'engagement d'un nageur du GCC en compétition coûte entre 4 et 12 euros par course (ces engagements sont 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 : 1600€.



FRAIS SCOLAIRES

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

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

Forfait 5 nuits (dimanche) 19h00 - 21h00 sans repas copain / copine famille d'accueil : 1908€ l'année.

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

Frais scolarité 650 euros sur l'année + cantine 6 euro le repas.

Frais d'internat chambre double 3500 euros l'année (repas compris).

Chambre simple 4000 euros l'année (repas compris).



L'ALLIANCE DIJON NATATION



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



Alliance Dijon Natation



@dijonnatation



Alliance Dijon Natation