



## Inscription pour le cadre 2011 de l'équipe nationale junior

Es-tu intéressé à devenir membre de l'équipe nationale junior? Si tel est le cas, tu peux t'inscrire (jusqu'au 20.09.10) moyennant le talon d'inscription ci-joint. Ainsi, tu t'inscris pour le cadre d'entraînement 2011. Vers la fin du mois d'août, nous te communiquerons le lieu et la date d'une éventuelle nage de qualification. Lors de cette qualification, il sera décidé si tu pourras rejoindre le cadre d'entraînement 2011.

Les membres du cadre d'entraînement ne font pas automatiquement partie du cadre de compétition. Cette sélection aura lieu à une date ultérieure (voir plus bas).

### Conditions d'inscription:

Peuvent s'inscrire tous les nageurs actifs (filles et garçons) d'une section SSS remplissant les critères ci-après:

- Passeport Suisse (détenteur depuis au moins 1 ans)
- nageur sauveteur exceptionnel (jusqu'à 15 ans: brevet jeune sauveteur; dès 15 ans: brevet I)
- Âge: au moins 14 ans, mais pas plus de 18 ans (si tu as 18 ans avant le 30.9.10, tu ne peux plus t'inscrire).

### Comment passer du cadre d'entraînement au cadre de compétition?

Si tu as réussi à te qualifier pour le cadre d'entraînement 2011, tu seras invité à participer à un de nos entraînements. L'équipe nationale junior s'entraîne environ une fois par mois à des endroits différents en Suisse. Lors de ces entraînements, tu peux approfondir tes capacités. Vers le mois de mai, il sera décidé qui fera partie du cadre de compétition. Cela signifie qu'au nom de l'équipe nationale junior, tu pourras participer aux compétitions, y compris le Championnat d'Europe 2011. Les critères mentionnés ci-après sont d'une très grande importance pour la sélection du cadre de compétition :

- Remplir les limites de temps
- Suivre les entraînements
- S'entraîner régulièrement seul (tenir à jour un journal d'entraînement)

Afin de pouvoir être sélectionné dans le cadre de compétition, tu dois remplir tous les critères. Les limites de temps seront communiquées lors des entraînements. Ensuite, tu as suffisamment de temps de t'améliorer et d'approfondir tes capacités. Nous attendons de toi une participation régulière aux entraînements en commun ainsi que des entraînements individuels réguliers. A cet effet, tu tiendras à jour un journal d'entraînement afin que nous puissions suivre tes entraînements et t'encadrer. Finalement, tu devrais être un bon coéquipier, car en premier lieu, nous formons une équipe !





**SLRG SSS**

**Talon d'inscription** (Délai d'inscription: 20 septembre 2010 ; le sceau postal fait foi)

Exigences au niveau des prestations :

Au moins une des limites de temps et/ou des capacités devrait être remplie.

Prière d'indiquer les meilleurs résultats personnels à côté des limites de temps, respectivement des capacités:

<b>Limites de temps jeunesse</b>		
<u>Discipline</u>	<u>Dames/meilleur temps pers.</u>	<u>Hommes/ meilleurs temps pers.</u>
25m mannequin	29.5/.....	24.0/.....
200m obstacles	3:05.0/.....	2:45.0/.....
100m nager et sauver avec palmes	1:25.0/.....	1:15.0/.....
50m style libre	33.0/.....	30.0/.....

**Capacités** (prière de cocher si tu es rapide et sûr, même dans une eau agitée)

Surf Board       Beach Flag       Nage d'endurance       Sprint sur le sable

---

Nom: ..... Prénom: .....

Date de naissance: ..... Sexe:  m     f

Adresse: ..... CP/lieu: .....

Téléphone: ..... e-mail: .....

Section: .....

**Attestation des indications par l'entraîneur:**

Nom: ..... Prénom: .....

Adresse: ..... CP/lieu: .....

Téléphone: ..... e-mail: .....

Je confirme l'exactitude des indications ci-dessus. .... (Date / signature de l'entraîneur))

**Accord du représentant légal pour les mineurs**

Nous autorisons le nageur mentionné susmentionné de participer à l'équipe nationale junior.

.....  
(Date / signature du représentant légal)

**Aucune inscription par courrier électronique n'est acceptée. Toute inscription arrivant en retard n'est plus prise en considération.**

**Retourner le talon d'inscription à:** Nicole Schär, Eichfeldstr. 27, 8645 Jona