



Présentation de la structure régionale
en place depuis septembre 2015
et labellisée depuis septembre 2018





Notre constat

Ce Centre National d'Accès au Haut Niveau (dénomination remplaçant celle de « Pôle Espoir ») au CREPS de Toulouse répond à la nécessité d'avoir une structure d'accès au haut niveau en natation artistique, sur la région Occitanie.

Ce besoin émerge de plusieurs éléments de contexte :

- **Une opportunité** de rééquilibrer géographiquement la répartition des structures d'accès au haut niveau sur le territoire national, puisqu'il n'y a plus de pôle espoir dans la zone Sud Ouest depuis septembre 2016. Trois pôles espoirs étaient identifiés dans le Parcours d'Excellence Sportive (PES) encore en activité en 2018 : Aix en Provence, Strasbourg et Nantes.
- **Une réforme territoriale** qui a permis de mettre en exergue une nouvelle région Occitanie, renforcée dans son dynamisme et performante en natation artistique, avec un vivier important de clubs et de nageuses.
- **Une volonté** de la Ligue Occitanie Pyrénées Méditerranée de Natation, de soutenir et accompagner le développement de cette discipline par la mise en place et la pérennisation d'une structure d'accès au haut niveau.
- **Le support du CREPS de Toulouse**, établissement public Etat-région qui accueille les nageuses ayant un projet tourné vers le haut niveau, pour leur proposer des services de qualité en matière d'hébergement, de suivi scolaire, de suivi médical...
- **Une formation régionale de qualité** sur laquelle s'appuyer, grâce aux clubs formateurs de la région tels que Colomiers NS, Montpellier NS, Aqua et Synchro 66, NC Nîmois, CN St Cyprien, Toulouse NS, Montauban Natation 82, Sète NEDD...



Nos ambitions pour le Centre National d'Accès au Haut Niveau et son club support

- **Rayonner et être attractif sur l'Occitanie, sur toute l'Inter Région Sud Ouest, mais également au niveau National**
- **Etre concurrentiel avec les 3 autres Centres Nationaux d'Accès au Haut Niveau et leurs clubs supports :**
 - Former les nageuses vers l'international, en accédant aux Equipes de France (toutes catégories)
 - Fournir le Centre National Relève à Aix en Provence pour les Juniors (puis le Centre National d'Entraînement Senior à l'INSEP)
 - Accéder aux podiums de niveau Nationale 1 Elite, dans toutes les épreuves
- **Etre un lieu de ressources régional pour la formation des entraîneurs et le développement de la discipline**

Nos partenaires

Ce Centre National d'Accès au Haut Niveau est labellisé depuis septembre 2018 et implique plusieurs partenaires :

- **La Ligue Occitanie Pyrénées Méditerranée de Natation** : gestion administrative et comptable de la structure, rémunération des entraîneurs, des intervenants ponctuels et des conducteurs de minibus, participation aux frais de fonctionnement, minibus à disposition...
- **Le club support de Colomiers Natation Synchronisée** : partage des créneaux bassin, participation à la rémunération des entraîneurs, participation aux frais de fonctionnement, prise de licence obligatoire pour représentation en compétition nationale...
- **Le CREPS** : hébergement, suivi scolaire, suivi médical, optimisation de la performance, salle de cours ou salle de sport à disposition, minibus à disposition...
- **Les clubs formateurs et les CAF de la région**
 - les CAF "Centre d'Accession et de Formation" qui seront identifiés dans la région, dans notre discipline, sont des structures clubs préparatoires au CNAHN. Elles auront pour mission de former des jeunes nageuses pour le recrutement de la structure.
 - Il existe également d'autres clubs formateurs dans la région, qui peuvent participer au recrutement de la structure.
- **La Mairie de Colomiers et la Mairie de Toulouse** : créneaux bassin d'entraînement et mise à disposition de piscines pour les compétitions
- **La FFN** : suivi de la structure
- **Le Conseil Régional d'Occitanie Pyrénées Méditerranée** : aides au fonctionnement de la structure et aides individuelles pour les sportifs sur liste ministérielle.
- **Les familles** : notamment les familles locales qui sont amenées à accueillir les nageuses internes régulièrement.



Notre équipe d'encadrement

Pour la saison 2021-2022



Élodie Piquet
Entraîneur permanent



Gaëlle Fabre
Entraîneur ponctuel



Maria Tamarelle
Entraîneur ponctuel



Andrea Stoian
Intervenant Gym. Rythm.



Maeva Morineau
Coordonnatrice



Reem Abdalazem
Entraîneur ponctuel



Christophe Mahieu
Kinésithérapeute



Luc Ba et Théo Demazeau
Intervenants Prepa Physique

Notre fonctionnement

LA SCOLARITE

Le dispositif du CREPS établi avec l'Éducation Nationale, concerne les classes de la 4^{ème} à la Terminale.

L'entrée sur le Centre National d'Accès au Haut Niveau sera possible à partir de septembre 2022, pour les classes de 4^{ème} et de 3^{ème} (nageuses de 2008 et 2009 pour un cursus traditionnel).

Exceptionnellement, il pourrait être envisagé une intégration en classe de 5^{ème} (nageuses nées en 2010), si la situation le justifie.

	5ème	4ème	3ème	Seconde	1ère	Terminale
Saison 2021 2022	Nageuses nées en 2010	Nageuses nées en 2009	Nageuses nées en 2008	Nageuses nées en 2007	Nageuses nées en 2006	Nageuses nées en 2005
	Catégorie Jeune	Catégorie Jeune	Catégorie Jeune/Junior/TC	Catégorie Junior/TC	Catégorie Junior/TC	Catégorie Junior/TC
	Suivant cas particuliers	Entrée possible sur le CNAHN Occitanie Colomiers en septembre 2022				

Au collège Jean Moulin à Toulouse :

L'enseignement est dispensé sur le même rythme que pour les autres élèves, cependant les heures d'EPS et d'arts plastiques sont réduites, il n'y a pas d'enseignement en musique, ni d'option possible (ex : latin, grec). Les deux langues vivantes dispensées sont l'anglais et l'espagnol. Une autre langue ne pourra être envisagée (en remplacement d'une des deux langues vivantes précédentes), que si l'enseignement avait déjà débuté l'année précédente. Dans ce cas l'enseignement de cette langue se fera par le CNED, si elle n'est pas proposée au collège.

Les classes de collège sont généralement composées de 15 à 20 élèves par niveau (uniquement des sportifs du CREPS).

<https://jean-moulin.college.haute-garonne.fr>



Au lycée Bellevue à Toulouse :

Le cursus en lycée général est comme un parcours classique, sur 3 ans (seconde générale, première et terminale).

Le rythme scolaire est organisé pour proposer des plannings adaptés à la pratique sportive intensive. Pour le pôle de natation artistique nous avons demandé une libération maximale les après-midis pour une pratique mono-quotidienne (et non biquotidienne).

- **Pour la 2^{nde} générale :** l'histoire-géographie se fait par le CNED avec tutorat (2h) et en temps de travail individuel (2h). Toutes les autres matières sont dispensées au lycée (24h).
- **Pour la 1^{ère} :** les EDS (Enseignements De Spécialité) sont dispensés au lycée, ainsi que le français, soit 16h par semaine. Les autres matières se font par le CNED avec tutorat au CREPS (4h) et temps de travail individuel (4h).
- **Pour la terminale :** les EDS (Enseignements De Spécialité) sont dispensés au lycée, ainsi que la philosophie, soit 16h par semaine. Les autres matières se font par le CNED avec tutorat au CREPS (4h) et temps de travail individuel (4h).

L'avantage de cette organisation est d'ouvrir l'accès à toutes les spécialités possibles sur ce lycée.

Des cursus technologiques et professionnels sont également possibles au lycée (ex : filière STMG).

<https://bellevue-toulouse.mon-ent-occitanie.fr>



LES ENTRAINEMENTS

Le CNAHN Occitanie Colomiers accompagne les individus dans leur formation sur différentes épreuves (technique, solo et duo suivant décision du staff technique et possible participation aux sélections nationales). Le CNAHN Occitanie Colomiers a également pour vocation de travailler les collectifs 1 en catégorie jeune et junior du club support de Colomiers. Cela représente une partie importante du volume d'entraînement, en fonction du nombre de ballets d'équipe préparés.

Nous pouvons envisager l'intégration de nageur garçon en fonction du niveau, pour la préparation spécifique d'épreuves de duo mixte.

Le volume hebdomadaire d'entraînement est adapté suivant les individus, en fonction de leur âge, de leur maturité, de leur catégorie, des épreuves préparées et des objectifs sportifs. Il varie généralement entre 20h et 25h par semaine.

Les entraînements des collectifs sont envisagés 2 à 3 fois par semaine, ainsi que lors des stages week-end et en vacances scolaires. Dans le cas où les effectifs du Centre National d'Accès au Haut Niveau ne seraient pas suffisants pour constituer des équipes complètes, des « équipières » du club support viendront compléter les effectifs et s'entraîneront avec les nageuses du Centre National d'Accès au Haut Niveau sur les entraînements des collectifs.

Les temps entraînements incluent généralement des séances de préparation physique à sec, avant ou après les séances dans l'eau.

LES COMPLEMENTS D'ACTIVITE

- Nous proposons généralement 1 stage en extérieur à Villefranche de Rouergue, pour la reprise et la conception des chorégraphies, fin août. Il nous arrive également d'organiser quelques jours de cohésion avec des activités plus ludiques, sur Toulouse ou Colomiers. Les dates sont encore à déterminer.
- 5 à 6 jours de stage environ sur les petites vacances scolaires : il est possible que nous organisions des stages en extérieur, pour rechercher de meilleures conditions d'entraînement et travailler la cohésion de groupe.
- Un week-end par mois environ de stage à Toulouse ou Colomiers
- Un week-end par mois environ libéré, pour favoriser le retour des internes dans les familles
- Un entretien individuel est effectué par trimestre pour chaque nageuse.
- Des réunions sont organisées ponctuellement avec les nageuses : pour travailler sur leur projet individuel ou collectif, pour définir leurs objectifs, pour faire de l'analyse vidéo, pour échanger sur des thématiques liées à la performance (hygiène de vie, alimentation, gestion du stress...).
- Des activités complémentaires sont intégrées au quotidien des nageuses (gymnastique rythmique, préparation physique...).
- Un travail acrobatique est effectué avec un intervenant spécialisé en cirque, sur chaque week-end de stage.
- Nous avons un partenariat avec le cabinet de kiné l'Astragale à Muret, qui accueille chaque semaine nos nageuses pour du renforcement musculaire, pour des soins spécifiques ou de la récupération, en complément des prestations kinés possibles au service médical du CREPS.
- Un travail prophylactique est réalisé avec le service médical du CREPS pour mettre en place des protocoles individualisés auprès des nageuses.
- Des actions régionales proposées par la Ligue permettront l'intervention ponctuelle d'entraîneurs consultants, pour renforcer la formation des nageuses et des entraîneurs. Cette saison nous avons collaboré avec Jean-Luc Voyeux par exemple.

Notre équipe d'encadrement se réunit une fois par semaine pour faire le point régulièrement sur les nageuses, sur les collectifs, sur les chorégraphies et préparer les entraînements, les stages, les déplacements en compétition...

Si le club d'origine est demandeur nous pourrions faire également le point ensemble sur les nageuses.

DES FORMATIONS COMPLEMENTAIRES PROPOSEES AUX NAGEUSES

Parce que nous considérons qu'il est important de proposer aux nageuses de se former au secourisme et au métier d'éducateur, pour repartir un jour du CNAHN avec un bagage supplémentaire, autre que leur parcours sportif, des formations pourront être proposées pendant leur parcours :

Formations au secourisme (financement des familles – tarifs négociés)

- PSC1 pour les 15 ans et moins (souvent organisé au mois de juin)
- Semaine de stage intensif : formation et examen PSE1 pour les 16 ans et plus + formation et examen BNSSA pour les 17 ans et plus. Cela concernera les 2005 et 2006 lors de la saison 2022-2023. Cette semaine de formation a lieu lors des vacances scolaires (soit à la Toussaint, soit à Pâques).

La faisabilité des formations sera dépendante du nombre de stagiaires.

EXEMPLES DE PLANNING

Planning type saison 2021-2022, pour les 4èmes et 3èmes (jeunes), hors semaines de vacances scolaires :

PLANNING COLLEGE

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche				
7H30-8H	Navette CREPS pour internes	Navette CREPS pour internes	Navette CREPS pour internes	Navette CREPS pour internes	Navette CREPS pour internes	minibus entraînement					
8H-8h30	8h-13h Cours Collège	8h-12h Cours Collège	8h-12h Cours Collège	8h-12h Cours Collège	8h-12h Cours Collège	8h-14h Entraînement Priorité aux collectifs (pause 45min pour déjeuner)	Entraînements possibles le dimanche, ponctuellement sur des stages week-end, en fonction des compétitions (1 fois par mois environ)				
8H30-9H											
9H-9H30											
9H30-10H											
10H-10H30											
10H30-11H											
11H-11H30											
11H30-12H											
12H-12H30								Navette CREPS pour internes et externes + Repas CREPS	Navette CREPS pour internes et externes + Repas CREPS	Navette CREPS pour internes et externes + Repas CREPS	Navette CREPS pour internes et externes + Repas CREPS
12H30-13H								minibus entraînement	minibus entraînement	minibus entraînement	minibus entraînement
13H-13H30	Repas établissement scolaire										
13H30-14H											
14H-14H30	14h-16h Cours collège	14h-18h30	13h30-17h30 Entraînement Priorité aux collectifs	14h-19h Séance GR	14h-19h Séance prépa physique	minibus CREPS	Entraînements libérés le samedi environ 1 fois par mois Entraînements possibles le samedi en fin de journée, ponctuellement sur des stages week-end, environ 1 fois par mois				
14H30-15H											
15H-15H30											
15H30-16H											
16H-16H30						Navette CREPS / minibus Muret					
16H30-17H	Prépa physique, Soins ou récupération à Muret	Séance prépa physique		Entraînement dans l'eau	Entraînement dans l'eau						
17H-17H30											
17H30-18H						minibus CREPS					
18H-18H30	minibus Muret-CREPS										
18H30-19H	Soutien possible en maths avec étudiante INSA pour nat artistique	minibus CREPS		minibus CREPS	minibus CREPS						
19H-19H30											
19H30-20H	Repas CREPS pour internes	Repas CREPS pour internes	Repas CREPS pour internes	Repas CREPS pour internes	Repas CREPS pour internes WE	Repas CREPS pour internes WE	Repas CREPS pour internes				

Planning type saison 2021-2022, pour les lycéennes (Juniors), hors semaines de vacances scolaires :

PLANNING LYCEE

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
7H30-8H	Navette CREPS pour internes	minibus entraînement					
8H-8h30	8h - 13h Selon les classes, Cours au lycée ou tutorat/travail individuel CNED au CREPS	8h - 13h Selon les classes, Cours au lycée ou tutorat/travail individuel CNED au CREPS	8h - 13h Selon les classes, Cours au lycée ou tutorat/travail individuel CNED au CREPS	8h - 13h Selon les classes, Cours au lycée ou tutorat/travail individuel CNED au CREPS	8h - 13h Selon les classes, Cours au lycée ou tutorat/travail individuel CNED au CREPS	8h-14h Entraînement Priorité aux collectifs (pause 45min pour déjeuner)	Entraînements possibles le dimanche, ponctuellement sur des stages week-end, en fonction des compétitions (1 fois par mois environ)
8H30-9H							
9H-9H30							
9H30-10H							
10H-10H30							
10H30-11H							
11H-11H30							
11H30-12H							
12H-12H30							
12H30-13H							
13H-13H30	Repas établissement scolaire	Navette CREPS pour internes et externes + Repas CREPS	Navette CREPS pour internes et externes + Repas CREPS	Navette CREPS pour internes et externes + Repas CREPS	Navette CREPS pour internes et externes + Repas CREPS		
13H30-14H							
14H-14H30	14h-16h Cours lycée	14h30-18h30	14h30-18h30 Entraînement Priorité aux collectifs	14h30-19h Séance GR	14h30-19h Entraînement (préparation physique à sec et entraînement dans l'eau)	minibus CREPS	Entraînements libérés le samedi environ 1 fois par mois Entraînements possibles le samedi en fin de journée, ponctuellement sur des stages week-end, environ 1 fois par mois
14H30-15H							
15H-15H30							
15H30-16H						Navette CREPS / minibus Muret	
16H-16H30						Prépa physique, Soins ou récupération à Muret	
16H30-17H							
17H-17H30	minibus CREPS						
17H30-18H	minibus Muret-CREPS						
18H-18H30	Soutien possible en maths avec étudiante INSA pour nat artistique	minibus CREPS	minibus CREPS				
18H30-19H				minibus CREPS	minibus CREPS		
19H-19H30							
19H30-20H	Repas CREPS pour internes	Repas CREPS pour internes WE	Repas CREPS pour internes WE	Repas CREPS pour internes			

LES RESULTATS SCOLAIRES

Depuis la création de cette structure régionale au sein du CREPS de Toulouse, nous avons 100% de réussite au Brevet National des Collèges, ainsi qu'au baccalauréat, avec de nombreuses mentions.

Brevet des Collèges :

Agathe Dignac (mention TB), Elsa Selle (mention B), Luna Richerol (mention AB), Zoé Saurat (mention B), Hélisa Heurtevent (mention AB), Léa Bridenne (mention TB), Chloé Cornu (mention B), Yessane Rimbon (mention TB), Lalie Chassaigne (mention TB)

Baccalauréat :

Anna McRae et Océane Tricard Maubacq ont obtenu leur Bac S avec mention AB.
Thais Auger a obtenu son Bac S avec mention B.
Margaux Lalanne a obtenu son Bac ES avec mention TB.
Julie Miguères a obtenu son Bac S avec mention TB et une moyenne de 18,44 !



LE PALMARES SPORTIF



Eva Lafontan



Palmarès international

Championne d'Europe et championne COMEN Jeune en duo mixte 2021

Vice championne COMEN et médaille de bronze européenne Jeune en équipe libre 2021

Médaille de bronze COMEN Jeune en highlight 2021



Nos seniors au CF 2017-2018
Médaille d'or en duo technique 1
Médaille de Bronze en duo technique 2
Médaille de Bronze en duo libre
Médaille de Bronze en solo technique



Lalie Chassaigne

Palmarès national au CF Elite Jeune 2019



Or : En duo, en solo et en technique
Argent : en solo et en highlight
Bronze : en équipe libre

Palmarès national au CF Elite Junior 2022

Or : en solo
Bronze : en équipe libre

Palmarès international 4^{ème} à la COMEN 2018 en équipe et en combo 3^{ème} à la COMEN 2019

En solo
9^{ème} au chpt du Monde Jeune 2019 en équipe
6^{ème} au chpt d'Europe Junior 2021 en équipe



Collectif junior 2022
Médaille de bronze championnat Élite en équipe libre



2019

Highlight - CNAHN Occitanie Colomiers
Vice-champion de France Jeune N1



2019

Équipe libre - CNAHN Occitanie Colomiers
Médaille de bronze au championnat de France Jeune N1



Collectif junior 2021
Médaille d'argent championnat Élite en ballet combiné

Les services du CREPS de Toulouse



Le site du CREPS a fait peau neuve en mars 2021, voici le lien pour y accéder et découvrir la structure, ainsi que ses services : [CLIQUEZ ICI](#)

Le suivi scolaire : deux personnes du CREPS sont chargées de faire le relais avec les établissements scolaires et le responsable coordonnateur du Centre National d'Accès au Haut Niveau. Ils assistent à tous les conseils de classe et sont en lien avec les professeurs principaux.

Les internes bénéficient d'études organisées sous forme d'ateliers le soir.

Le suivi médical : il peut s'effectuer toute la saison auprès du CREPS, avec des médecins, des kinésithérapeutes, un ostéopathe, une infirmière, une psychologue, un diététicien, un podologue... Des services complémentaires peuvent être proposés en fonction des besoins de la structure ou des besoins individuels. Les nageuses sur liste ministérielle réaliseront leur suivi médical réglementaire (SMR) au CREPS.

L'internat : il est possible au CREPS de Toulouse.

Cette saison 2021-2022, douze nageuses (sur 15) ont choisies d'être internes, les autres étaient externes (avec une restauration régulière le midi). L'externat demande plus d'organisation pour les familles qui doivent assurer les déplacements du matin et du soir, depuis ou vers leur domicile.

L'hébergement se fait actuellement dans le bâtiment des filles (résidence Midi Pyrénées).

Les athlètes sont actuellement rassemblées par 2, 3 ou 4 dans les chambres. Les chambres peuvent éventuellement être mixées avec des sportives d'autres disciplines. Les présences sont contrôlées par une équipe de surveillants et des études sont organisées tous les soirs.

Nous vous invitons à consulter les 2 vidéos suivantes réalisées par un papa de nageuse : [chambre](#) + [vue du CREPS](#) (depuis le nouveau bâtiment « Fair Play »)

L'internat favorise l'accès sur place au service médical et au suivi scolaire.

Les transports au quotidien :

Le transport des internes depuis et vers les établissements scolaires est assuré par le CREPS en car (navette), pour tous les sportifs.

Si nous avons parfois des créneaux dans une piscine de Toulouse, accessible rapidement en transport en commun (bus de ville ou métro), il est probable que nous demandions aux nageuses de faire les trajets par ce moyen. Il faudra alors envisager un abonnement Jeune TISSEO si les trajets sont réguliers.

Le métro Toulousain est beaucoup plus calme et propre que le métro parisien (seulement 2 lignes).

Il est probable que nous ayons quelques créneaux à la piscine de l'école ISAE-Supaéro, située juste en face du CREPS, en cours de saison (la piscine est actuellement fermée pour travaux). Dans ce cas les déplacements sont grandement facilités, puisque la piscine est accessible en 5-10 min à pieds depuis le CREPS. L'inconvénient est par contre que la piscine est peu profonde, donc nous ne pouvons pas l'utiliser pour tous les entraînements.

Le transport des internes (et des externes quand c'est possible) vers la piscine de Colomiers est organisé par le CNAHN, avec un minibus mis à disposition par le CREPS et un minibus à charge de la Ligue. Cette saison nous avons eu 2 conductrices de minibus à nos côtés pour assurer ces déplacements.

Le transport des externes le matin et le soir est assuré par les familles, qui s'organisent soit en covoiturage soit avec les transports en commun, en fonction des lieux d'habitation.

Les transports le week-end :

Pour les nageuses « extérieures » qui souhaiteront se déplacer à la gare Matabiau, une ligne de bus directe relie la gare au CREPS en 20 min.

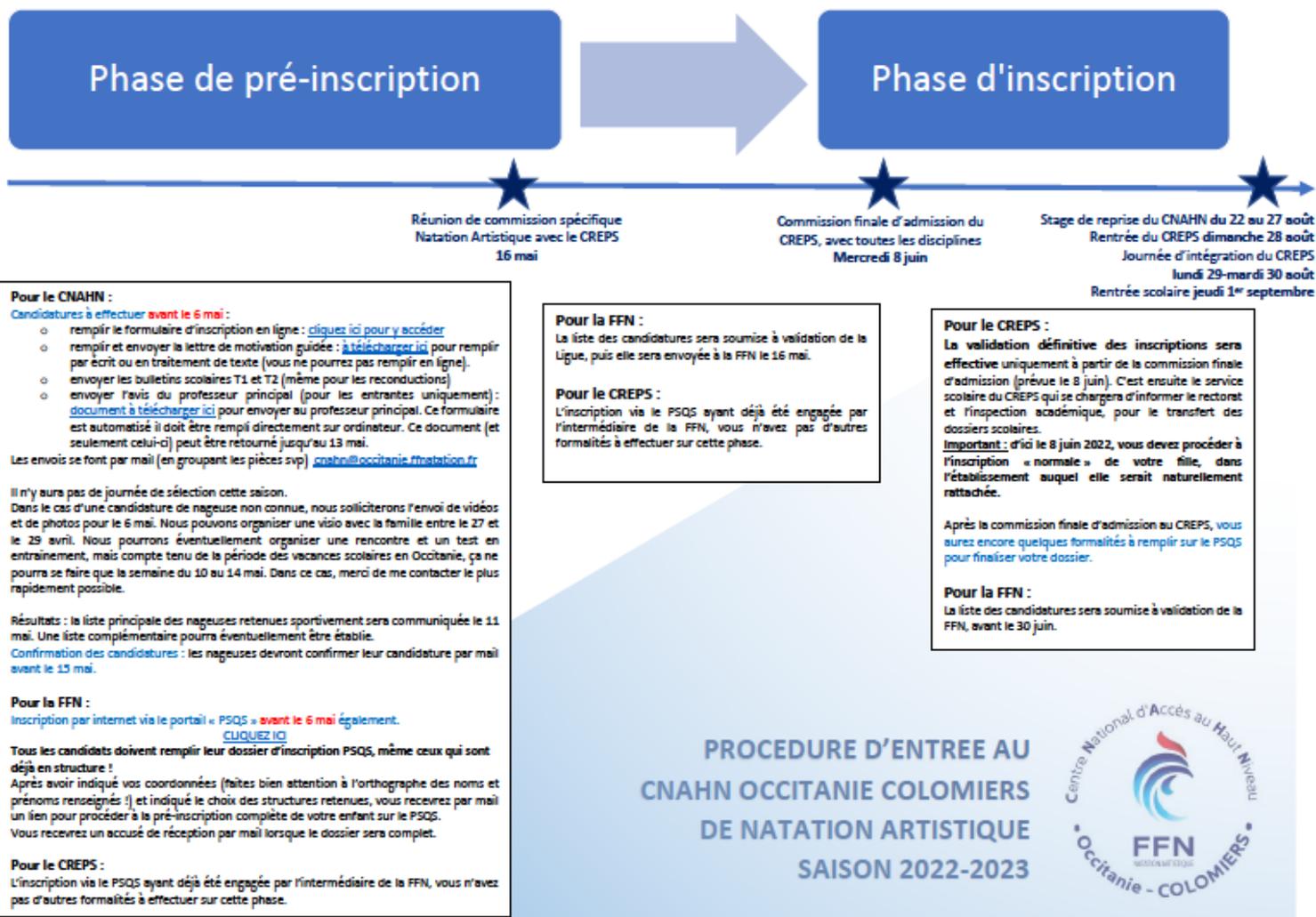
Des covoiturages en voiture sont parfois organisés par les familles pour limiter les trajets de chacun, lorsque les destinations sont communes. Nous avons quelques familles provenant de Perpignan, Montpellier et Nîmes par exemple cette saison.

Les transports sur les compétitions :

Nous avons la possibilité de louer des minibus du CREPS pour nous déplacer sur les stages ou les compétitions. La location est gratuite (frais de location + frais de péage + frais d'essence) pour des déplacements dans la région. Pour des déplacements hors région, il y a des frais de location, les frais de péage et d'essence sont à la charge du loueur, c'est à dire du club.

Nous avons aussi depuis cette saison la possibilité d'utiliser le minibus de la Ligue, lorsqu'il est disponible. Dans ce cas les frais de location sont nuls et le club a à sa charge les frais de péage et d'essence.

L'échéancier pour l'inscription au Centre National d'Accès au Haut Niveau d'Occitanie



Vos contacts



A la Ligue Occitanie Pyrénées Méditerranée de Natation :
Bernard DALMON, Président : bernard.dalmon@occitanie.ffnatation.fr
Christine KITEGI, élue référente sur le CNAHN : 06 88 18 62 68 chris.kitegi@orange.fr
lique@occitanie.ffnatation.fr
cnahn@occitanie.ffnatation.fr



Christine Kitegi
Vice-Présidente de la Ligue Occitanie de Natation
Elue référente pour le CNAHN OC



Au club support de Colomiers Nat Synchrono :
Claire CORNU, Présidente : 06 61 70 17 65 clairecornu@live.fr
contact@usc-natsynchro.com



Claire Cornu
Présidente de Colomiers NS



Au CREPS :
Service Haut Niveau (secrétariat) : 05 62 17 90 09
Service scolaire : 05 62 17 90 39
Service Médical (secrétariat) : 05 62 17 90 24

Les modalités financières

Un Centre National d'Accès au Haut Niveau a pour vocation d'accueillir des nageuses sur liste ministérielle ou sur liste de haut niveau, tout comme les établissements publics tels que le CREPS.

Pour plus de précisions et de compréhension sur l'organisation du Sport de Haut Niveau en France (qu'est-ce que le PPF ? qu'est-ce que la liste ministérielle espoir ? les listes de haut niveau ?...), nous vous invitons à consulter le lien sur le site du Ministère chargé des Sports : [CLIQUEZ ICI](#).

La tarification du CREPS pour la saison 2021-2022, était la suivante :

Chaque saison il y a une augmentation des tarifs, mais nous n'avons pas encore d'informations à ce sujet.

La politique tarifaire du CREPS dépend de plusieurs critères :

- du régime « interne » ou « externe hors site »
- des inscriptions sur liste ministérielle au 1^{er} janvier (attention à partir de septembre 2022, il y aura 2 tarifications en fonction des inscriptions sur liste ministérielle de sept à déc 2022, puis de jan à juin 2023)
- de la fréquence d'utilisation de l'internat

	Régime « externe hors site »	Régime « interne » sans WE et sans vacances scolaires	Régime « interne » avec WE et sans vacances scolaires	Régime « interne » avec WE et avec vacances scolaires
Nageuse non listée	2 448 € Soit 244,80 € par mois sur 10 mois	6 776 € Soit 677,60 € par mois sur 10 mois	8 001 € Soit 800,10 € par mois sur 10 mois	8 491 € Soit 849,10 € par mois sur 10 mois
Nageuse listée « espoir »	1 836 € Soit 183,60 € par mois sur 10 mois	5 082 € Soit 508,20 € par mois sur 10 mois	6 001 € Soit 600,10 € par mois sur 10 mois	6 368 € Soit 636,80 € par mois sur 10 mois
Nageuse listée « collectif national »	1 836 € Soit 183,60 € par mois sur 10 mois	5 082 € Soit 508,20 € par mois sur 10 mois	6 001 € Soit 600,10 € par mois sur 10 mois	6 368 € Soit 636,80 € par mois sur 10 mois
Nageuse listée « collectif relèvé »	1 530 € Soit 153 € par mois sur 10 mois	4 235 € Soit 423,50 € par mois sur 10 mois	5 001 € Soit 500,10 € par mois sur 10 mois	5 307 € Soit 530,70 € par mois sur 10 mois
Commentaires	Il est plus intéressant pour les familles locales que les nageuses soient « externes » avec une carte de restauration régulière (utilisable au collège et au CREPS).	Calcul basé sur 35 semaines d'activité, semaine de 5 jours, en pension complète (hors week-end et vacances scolaires). Ce régime est généralement utilisé par les nageuses « locales » qui souhaitent aller à l'internat.	Calcul basé sur 35 semaines d'activité, semaine de 7 jours, en pension complète (hors vacances scolaires). Les nageuses internes pourront être accueillies ponctuellement chez les externes lors des stages vacances à Colomiers. Par contre l'internat sera obligatoire lors des stages WE pour les nageuses « extérieures »	Calcul basé sur 39 semaines d'activité, semaine de 7 jours, en pension complète. Ce régime ne sera utilisé que dans le cas d'un éloignement du domicile très important, qui limiterait les retours en famille (DOM TOM)

Habituellement ce sont les résultats aux tests de sélection de la structure et les performances réalisées lors des compétitions nationales dans la saison, qui permettent de déterminer les nageuses qui pourront prétendre à une inscription sur liste ministérielle à compter du 1^{er} janvier suivant.

Il est possible de demander la participation en feuille blanche au prochain championnat national/Elite Jeune (mai 2022), pour que la nageuse candidate puisse être évaluée (en vue d'une inscription sur liste ministérielle pour janvier 2023), s'il n'est pas prévu qu'elle participe avec son club. Dans ce cas, merci de contacter Maeva Morineau.

Une nageuse qui ne serait pas sur liste ministérielle au moment de l'inscription, mais qui deviendrait « espoir » en janvier 2023, devrait bénéficier des tarifs « nageuse listée espoir » à partir du mois de janvier 2023.

A noter : La Ligue Occitanie PM de Natation fait l'intermédiaire entre le CREPS et les familles pour le paiement des pensions. C'est à dire que l'ensemble des pensions sera facturé à la Ligue, par le CREPS, à chaque trimestre. La Ligue facturera ensuite les frais de pension pour chaque famille (paiement échelonné sur la saison).

Lorsque nous organiserons des stages en extérieur, la Ligue facturera à chaque famille de nageuse un forfait de 25 euros par nuitée (nageuse du CNAHN ou nageuse équipière). Le paiement se fera par l'intermédiaire du club.

Les tarifs du club support :

Les frais concernant la cotisation, les équipements, les maillots de compétition, les frais de déplacement (etc) sont déterminés par le club support. Veuillez-vous rapprocher du club pour avoir de plus amples renseignements.

Les aides possibles :

Des aides sont possibles par le Conseil Régional, pour les nageuses sur liste ministérielle, sous conditions (cf site internet du Conseil Régional d'Occitanie). Ces aides étaient en 2017 de l'ordre de :

- 500 euros par athlète listé « espoir »
- 750 euros par athlète listé « collectif relève »
- Aucune aide pour les athlètes listés « collectif national » ; Etude des demandes sur dossier

Modalités financières Saison 2020-2021	Nageuses/nageur CNAHN Occitanie Colomiers	Nageuses équipières du club de Colomiers NS
Côtisation Club	650€ non columérins 620€ columérins	650€ non columérins 620€ columérins
Pensions CREPS (gérés par l'intermédiaire de la Ligue Occitanie PM de Natation), variables en fonction des inscriptions sur liste ministérielle et occupation	Cf tableau précédent	
Frais de stage en extérieur , gérés par la Ligue Occitanie PM de Natation	25€ par jour de stage, par personne, facturés aux familles, par l'intermédiaire du club. Participation du club de 25€ par jour de stage par encadrant + rémunération des entraîneurs	25€ par jour de stage, par personne, facturés aux familles, par l'intermédiaire du club. Participation du club de 25€ par jour de stage par encadrant + rémunération des entraîneurs
Frais de compétition , gérés par le club	Déterminés et organisés par le club pour chaque compétition	Déterminés et organisés par le club pour chaque compétition
Frais de maillots de bain de compétition	En solo et en duo c'est à la charge des familles. Possibilité éventuelle de prêt ou de location du club ou d'autres familles, en fonction du stock. En équipe, un système de location ou prêt de maillot par le club est mis en place, en fonction du stock. En cas de création et d'achat de maillot, il est demandé aux familles d'en faire don au club (attestation fiscale de don en contrepartie), pour pouvoir alimenter le système de prêt.	En solo et en duo c'est à la charge des familles. Possibilité éventuelle de prêt ou de location du club ou d'autres familles, en fonction du stock. En équipe, un système de location ou prêt de maillot par le club est mis en place, en fonction du stock. En cas de création et d'achat de maillot, il est demandé aux familles d'en faire don au club (attestation fiscale de don en contrepartie), pour pouvoir alimenter le système de prêt.
Frais de stage en Equipe de France	50% des frais de transport pris en charge par le club, plafonné à 200€ par saison par nageuse. 50% des frais de transport pris en charge par la Ligue, plafonné à 200€ par saison par nageuse/nageur du CNAHN.	50% des frais de transport pris en charge par le club, plafonné à 200€ par saison par nageuse.
Frais de transfert par nageuses/nageur sur liste ministérielle qui intègre le CNAHN et doit donc se licencier au club de Colomiers NS	1 000€ sur liste espoir et collectif national 2 000€ sur liste collectif relève Pris en charge par le club	

Phase de pré-inscription

Phase d'inscription

Réunion de commission spécifique
Natation Artistique avec le CREPS
16 mai

Commission finale d'admission du
CREPS, avec toutes les disciplines
Mercredi 8 juin

Stage de reprise du CNAHN **du 22 au 27 août**
Rentrée du CREPS **dimanche 28 août**
Journée d'intégration du CREPS
lundi 29-mardi 30 août
Rentrée scolaire **jeudi 1^{er} septembre**

Pour le CNAHN :

Candidatures à effectuer **avant le 6 mai** :

- remplir le formulaire d'inscription en ligne : [cliquez ici pour y accéder](#)
- remplir et envoyer la lettre de motivation guidée : [à télécharger ici](#) pour remplir par écrit ou en traitement de texte (vous ne pourrez pas remplir en ligne).
- envoyer les bulletins scolaires T1 et T2 (même pour les reconductions)
- envoyer l'avis du professeur principal (pour les entrantes uniquement) : [document à télécharger ici](#) pour envoyer au professeur principal. Ce formulaire est automatisé il doit être rempli directement sur ordinateur. Ce document (et seulement celui-ci) peut être retourné jusqu'au 13 mai.

Les envois se font par mail (en groupant les pièces svp) cnahn@occitanie.ffnatation.fr

Il n'y aura pas de journée de sélection cette saison.

Dans le cas d'une candidature de nageuse non connue, nous solliciterons l'envoi de vidéos et de photos pour le 6 mai. Nous pouvons organiser une visio avec la famille entre le 27 et le 29 avril. Nous pourrions éventuellement organiser une rencontre et un test en entraînement, mais compte tenu de la période des vacances scolaires en Occitanie, ça ne pourra se faire que la semaine du 10 au 14 mai. Dans ce cas, merci de me contacter le plus rapidement possible.

Résultats : la liste principale des nageuses retenues sportivement sera communiquée le 11 mai. Une liste complémentaire pourra éventuellement être établie.

Confirmation des candidatures : les nageuses devront confirmer leur candidature par mail **avant le 15 mai**.

Pour la FFN :

Inscription par internet via le portail « PSQS » **avant le 6 mai également**.
[CLIQUEZ ICI](#)

Tous les candidats doivent remplir leur dossier d'inscription PSQS, même ceux qui sont déjà en structure !

Après avoir indiqué vos coordonnées (faites bien attention à l'orthographe des noms et prénoms renseignés !) et indiqué le choix des structures retenues, vous recevrez par mail un lien pour procéder à la pré-inscription complète de votre enfant sur le PSQS. Vous recevrez un accusé de réception par mail lorsque le dossier sera complet.

Pour le CREPS :

L'inscription via le PSQS ayant déjà été engagée par l'intermédiaire de la FFN, vous n'avez pas d'autres formalités à effectuer sur cette phase.

Pour la FFN :

La liste des candidatures sera soumise à validation de la Ligue, puis elle sera envoyée à la FFN le 16 mai.

Pour le CREPS :

L'inscription via le PSQS ayant déjà été engagée par l'intermédiaire de la FFN, vous n'avez pas d'autres formalités à effectuer sur cette phase.

Pour le CREPS :

La validation définitive des inscriptions sera effective uniquement à partir de la commission finale d'admission (prévue le 8 juin). C'est ensuite le service scolaire du CREPS qui se chargera d'informer le rectorat et l'inspection académique, pour le transfert des dossiers scolaires.

Important : d'ici le **8 juin 2022**, vous devez procéder à l'inscription « normale » de votre fille, dans l'établissement auquel elle serait naturellement rattachée.

Après la commission finale d'admission au CREPS, vous aurez encore quelques formalités à remplir sur le PSQS pour finaliser votre dossier.

Pour la FFN :

La liste des candidatures sera soumise à validation de la FFN, avant le 30 juin.

PROCEDURE D'ENTREE AU
CNAHN OCCITANIE COLOMIERS
DE NATATION ARTISTIQUE
SAISON 2022-2023



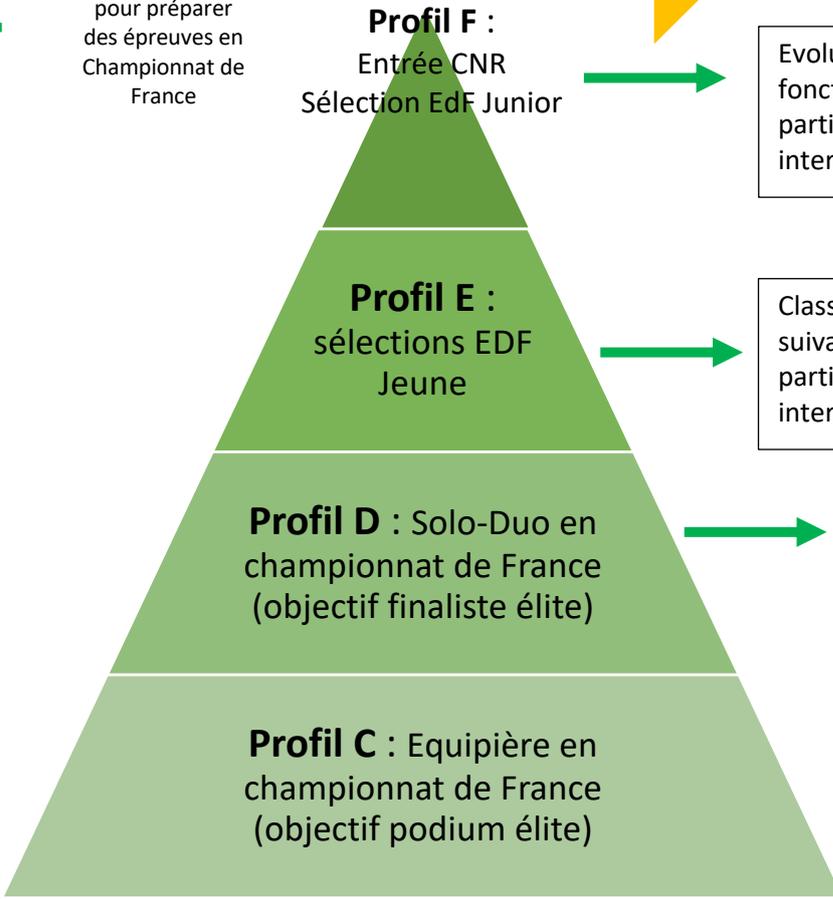
PARCOURS SPORTIF EN NATATION ARTISTIQUE

D- EXCELLENCE

STRUCTURE

STRUCTURES D- ACCESSION AU HAUT NIVEAU

Entraînement au quotidien au CNR + retours en CNAHN/club pour préparer des épreuves en Championnat de France



CNE à l'INSEP – EDF Senior A Paris

Centre National Relève EDF Junior A Aix en Provence

Profil G :
en structure d'excellence

Evolution possible sur liste senior et élite, en fonction des sélections en EdF et des participations/résultats en compétition internationale de référence

Evolution possible sur liste relève, en fonction des sélections en EdF et des participations/résultats en compétition internationale de référence

Classement sur liste espoir ou relève, suivant les sélections en EdF et la participation en compétition internationale de référence

Classement sur liste espoir suivant profil et résultats dans les 12 premières élites au CF

Les profils EDF sont prioritaires dans un CNAHN, et en même temps, tous les profils sont importants pour performer en CF et contribuer à la bonne formation des profils EDF

CNAHN Occitanie Colomiers

**Quel profil de nageuse es-tu au sein de la structure ?
Jusqu'où souhaiterais-tu aller dans ton parcours sportif ?**

CAF (Centres d'Accession et de Formation)

Profil B : en CAF

Classement sur liste espoir suivant profil + année d'âge + résultats à la FNAJ ou au CF Jeune Elite

Clubs

Profil A : en club

Catégorie Jeune
(12-15 ans)

Catégorie Junior
(15-18 ans)

Catégorie Senior
(+ de 18 ans)

Ce schéma a pour objectif d'expliquer **les différents parcours et profils possibles** pour une nageuse, sur le chemin qui mène vers le haut niveau en natation artistique.

Il est intéressant que la nageuse (ou le nageur) réfléchisse aux questions suivantes :

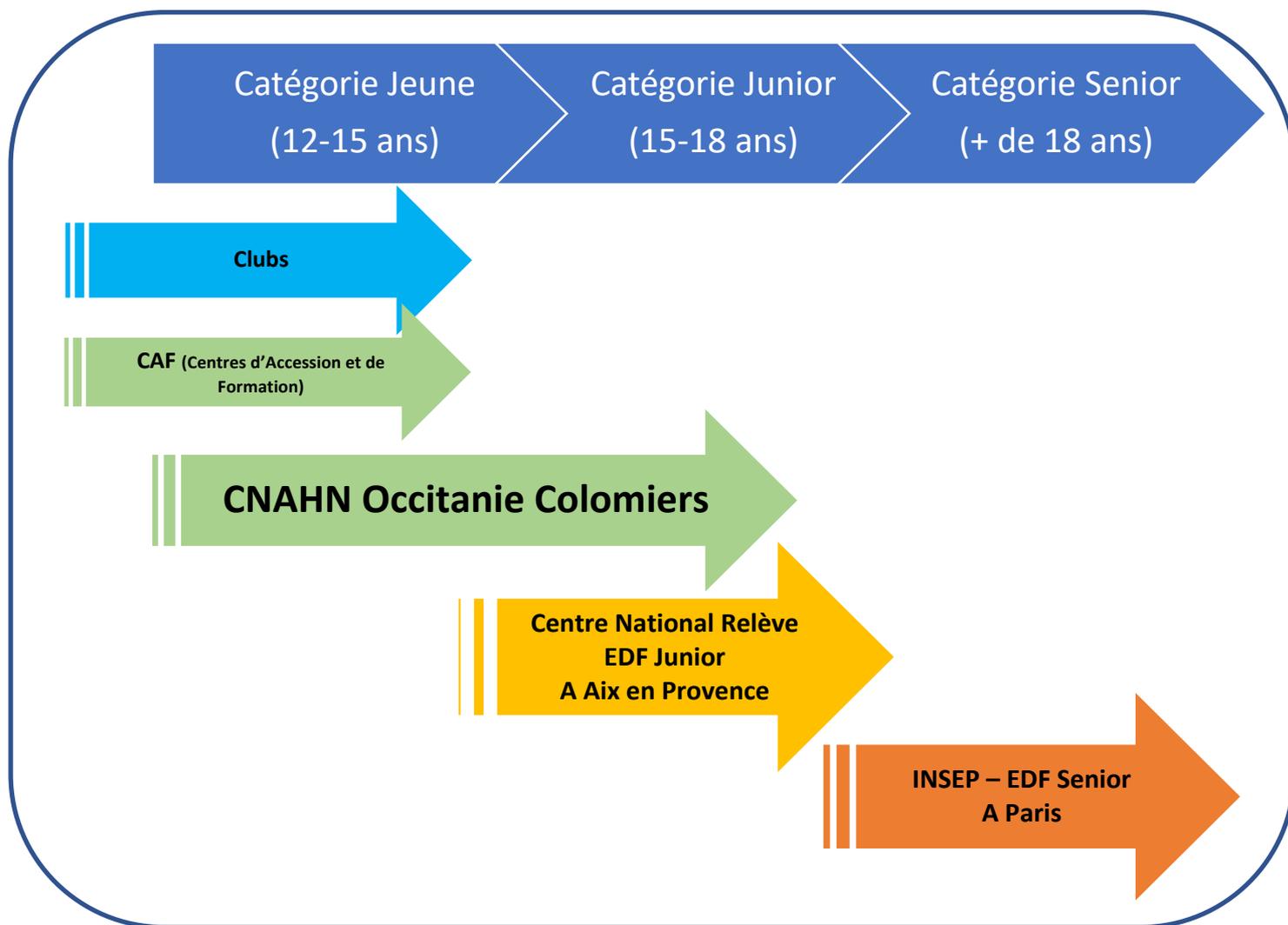
Quel profil de nageuse (nageur) es-tu actuellement ?

Jusqu'où souhaiterais-tu aller dans ton parcours sportif ? Quel profil souhaiterais-tu devenir ?

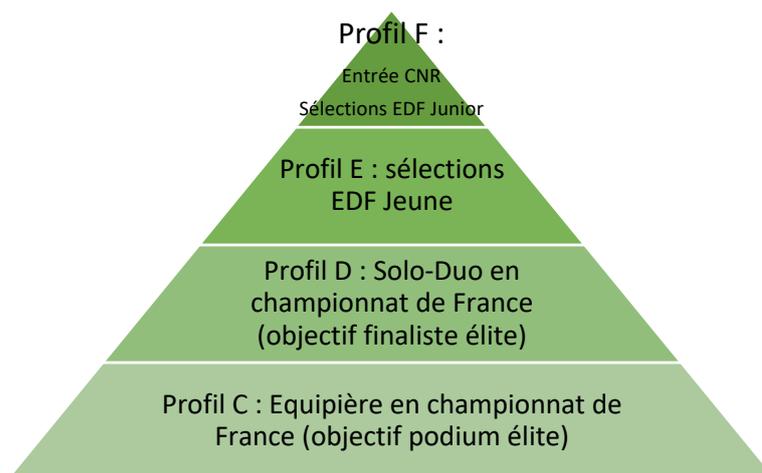
A quelle échéance ? ou quelles seraient les étapes pour y parvenir ?

Voici quelques éléments de lecture pour mieux comprendre le schéma (du bas de la page vers le haut) :

Les différentes catégories d'âge de la discipline sont à mettre en relation avec les structures identifiées dans le schéma, qui permettent de cheminer vers le haut niveau.



On peut identifier plusieurs profils au sein d'un CNAHN :



Profil C : Toutes les nageuses d'un CNAHN sont équipières dans un collectif et ont pour objectif de faire un podium en championnat de France Elite. Ce qui est déjà un objectif sportif très relevé.

Profil D : Parmi ces équipières, 75% environ vont préparer et présenter en championnat de France des épreuves de solo et/ou de duo. Les autres nageuses doivent mettre la priorité sur leur travail technique individuel.

Profil E : Seules quelques-unes franchiront dans la saison des étapes de sélection pour l'équipe de France Jeune (15-20 %).

Profil F : Et plus rares encore seront celles (ou ceux) qui arriveront à intégrer le Centre National Relève (Sélection pour l'équipe de France Junior) (5-10%), puis le Centre National d'Excellence de l'INSEP qui prépare l'équipe de France Senior (profil G).

Un CNAHN (Centre National d'Accès au Haut Niveau) est une structure reconnue comme permettant l'accession au haut niveau. Cette labellisation par la FFN et par le Ministère n'est justifiée qu'en fonction des résultats et notamment du nombre de nageuses/nageurs qui se sélectionnent en équipe de France (profil E) et qui à terme intégreront le CRN et peut-être l'INSEP (profils F-G).

Si nous ne justifions pas d'avoir ce type de profils, nous perdons notre label et donc tous les moyens mis en œuvre pour la structure.

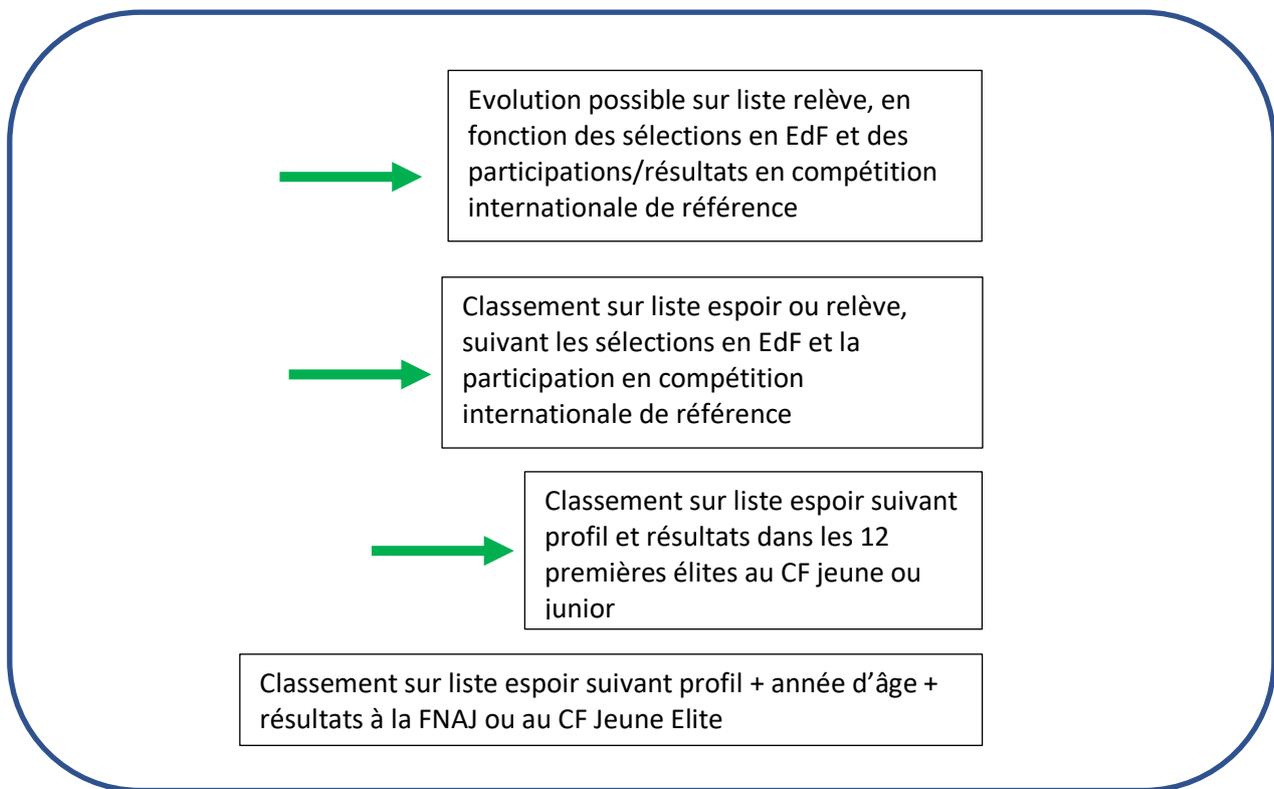
En même temps, notre structure ne pourrait être efficace sans nos profils C et D, qui sont le socle (la base) de notre organisation.

Ces nageuses permettent de former les profils E et F aux épreuves de collectif, en contribuant à développer leur capacité à évoluer en groupe (s'aligner, se serrer en formation, faire des portés, être en contact à plusieurs, réaliser les éléments techniques d'équipe...). Sans ces apprentissages, elles ne pourraient pas intégrer les équipes de France.

Mais au-delà de cela, grâce à elles nous pouvons présenter des collectifs en championnats de France Elite et remporter ensemble des médailles !

Chaque profil est donc à valoriser.

Les encadrés suivants dans le schéma résumant les critères généralement utilisés pour permettre une inscription sur liste ministérielle, sur proposition de la Direction Technique Nationale de la FFN.



Le pourcentage de nageuses « non listées » dans une structure CNAHN ne doit pas dépasser 20% (7% cette saison pour le CNAHN Occitanie Colomiers).

CREPS de Toulouse – Admission 2022

Scolaire : FICHE D'APPRECIATION INDIVIDUELLE

NOM Prénom :

Date de Naissance :

Structure :

ETABLISSEMENT SCOLAIRE :

Nom de l'établissement actuel :

Téléphone :

Classe actuelle :

Classe à la rentrée 2022 :

VŒUX D'ORIENTATION POUR 2022 :

1^{er} vœu :

2^{ème} vœu :

3^{ème} vœu :

AVIS DU PROFESSEUR PRINCIPAL :

Profil scolaire et social établi par le professeur principal de l'année en cours :

NOM du Professeur principal :

Moyenne de l'élève :

1^{er} trimestre

2^{ème} trimestre

Moyenne de l'élève :

1^{er} trimestre

2^{ème} trimestre

ORIENTATION ALTERNATIVE :

En cas de non admission au CREPS de Toulouse, quel serait votre projet d'orientation ?

Mode d'emploi
Dossier de candidature entrée en structure d'entraînement
Projet de Performance Fédéral (PPF)
Saison 2022/2023

Présentation :

Les structures du PPF

1. Programme Excellence

- Centre National d'Entraînement (CNE), en Natation Course et Eau libre (Nat), en Natation Artistique (NA), en Plongeon (PI) et en Water-Polo féminin (WP)
- Clubs d'Excellence de Natation (Nat)
- Centre National Relève en Natation Artistique (NA)

2. Programme Accession

- CNAHN Natation Course et Eau libre (Nat), en Natation Artistique (NA), en Plongeon (PI) et en Water-Polo (WP)
- CAF Natation Course et Eau libre (Nat), en Natation Artistique (NA), en Plongeon (PI) et en Water-Polo (WP)

Les sportifs doivent s'inscrire sur le **Portail du Suivi Quotidien du Sportif (PSQS)** outil numérique développé par le ministère chargé des sports.

Structures d'entraînement suivantes :

- Centre National d'Entraînement (CNE), en Natation Course et Eau libre (Nat), en Natation Artistique (NA), en Plongeon (PI) et en Water-Polo féminin (WP)
- Centre(s) Nationaux d'Accession au Haut Niveau (CNAHN) Natation Artistique (NA), Plongeon (PI)
- Centre National Relève en Natation Artistique (NA)
- Centre d'Accession et de Formation (CAF) Natation

CAF Natation

Pour les candidatures CAF Natation, le sportif doit candidater prioritairement dans sa région
Age max : 18 ans ou au Lycée.

*Dérogation possible si le sportif était déjà sur la structure l'année passée **et** s'il est listé (SHN, Collectif national, espoir) **ou** finaliste A aux championnats de France Elite.*

CNE Font-Romeu

Date limite candidature des nageurs : 1^{er} mai

Immersion sur Font-Romeu la semaine du 9 mai si le dossier est retenu

CNE INSEP Natation Artistique

Pas de nouvelles entrées prévues pour la saison 2022/2023

CNR Natation Artistique

Pour les candidatures CNR Natation Artistique, la(le) sportive(if) doit candidater sur le PSQS **avant le 25 avril** pour une convocation possible aux tests d'entrée prévus le lundi 2 mai (date et lieu à confirmer). Lors de votre préinscription sur PSQS, le CNR devra être le Choix 1. Si vous êtes déjà en CNAHN, le choix 2 devra être votre structure d'origine. Si vous n'êtes pas en structure CNAHN, vous pourrez formuler un choix 2 et 3 sur 2 CNAHN différents selon votre ordre de préférence.

Remarques :

- pour l'entrée en structure « Club d'excellence Natation Course », l'inscription se fait via le club validé par la commission natation pendant la période estivale
- pour l'entrée en structure « CNAHN Natation », l'inscription se fait par la commission natation
- pour l'entrée en structure « CAF Natation Artistique », l'inscription se fait par la structure et la commission Natation Artistique au mois de juin
- pour l'entrée en structure « CAF water-polo », l'inscription se fait par la structure et la commission water-polo
- pour l'entrée en structure « CNAHN Water-polo », l'inscription se fait par la commission water-polo
- pour l'entrée en structure « CAF Plongeon », l'inscription se fait par la structure et la commission Plongeon

- tous les sportifs même ceux qui sont déjà cette année sur la structure doivent s'inscrire via PSQS.
Nous recommandons vivement au sportif de prendre contact avec les responsables de la structure avant de candidater.

PSQS permet d'avoir une politique nationale de suivi des sportifs en structures et des sportifs listés pour l'ensemble des disciplines sportives. Les informations dans PSQS permettent à l'ensemble du monde sportif d'accompagner les sportifs, (ANS, Ministère chargé des sports, Fédération, Maison régionale de la performance, CREPS, DRAJES...). Il est donc très important que l'ensemble des **informations** (adresse, mail, téléphone, club) soient justes et **mises à jour** régulièrement **par le sportif**. **Importance de l'exactitude des informations elles doivent être identiques aux autres outils numériques tels que extranat et parcoursup notamment pour : le nom, le prénom, la date de naissance, etc... .**

Procédure pour candidater sur les structures via PSQS.

1 Préinscription

- En utilisant le lien suivant : [lien](#)

Vous pouvez vous inscrire sur une, deux ou 3 structures (choix 1, choix 2, choix 3), **par ordre de priorité**. N'indiquez qu'une fois la même structure. Si vous souhaitez vous inscrire sur une seule structure, remplissez le choix 1 uniquement.)

Attention à la justesse des informations (Nom, prénom, mail et date de naissance)

Portail de Suivi Quotidien du Sportif

Veuillez saisir les informations suivantes, un email vous sera envoyé ensuite afin que vous remplissiez un dossier d'inscription complet.



Candidature à l'entrée en structure sportive

Nom				Prénom			
Date de naissance	Genre	Mail sportif					
<input type="text"/>	Choisissez...	<input type="text"/>					
Mail parent 1/tuteur légal				Mail parent 2/tuteur légal			
<input type="text"/>				<input type="text"/>			
Discipline	Choix 1	Choix 2	Choix 3				
choisissez...	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>				

2. Votre candidature est bien enregistrée et vous allez recevoir un mail avec le lien à activer pour déclencher votre **préinscription**. Ce lien est personnel et unique, ne le transférez pas à un autre candidat.

Remarque : Seule l'activation du lien permet au coordonnateur de structure et à la FFN de voir votre candidature.

3. Complétez votre dossier

Utilisez le lien pour accéder à votre dossier.

Dans un premier temps, veuillez cocher et valider les informations légales pour accéder à la suite.

Vous devez remplir l'ensemble des champs demandés (identité, responsable, situation scolaire, etc. ... de manière exhaustive ou vérifier et compléter les informations).

Après avoir renseigné tous les champs obligatoires, pensez à **valider**.

Il vous sera alors indiqué : « en cours d'étude ».

4. Le responsable de la structure peut vous contacter pour vous demander des informations complémentaires et il pourra aussi vous convoquer pour des journées de tests.

Calendrier : Inscription des sportifs : 4 avril au 6 mai 2022. Attention, délai de rigueur.
CNE Font-Romeu : date limite d'inscription 1^{er} mai

Votre dossier est étudié par la structure, la ligue et la FFN

2 Dates de retour possible :

- Votre structure n'est pas rattachée à un établissement national (CREPS, INSEP) : vous allez recevoir un message de confirmation ou de refus de votre candidature sur la structure. **Réponse prévue début juin**
- Votre structure est rattachée à un établissement (INSEP, CREPS) : alors des informations supplémentaires vous seront demandées et votre candidature sera étudiée par l'établissement. Vous recevrez le message de confirmation ou de refus de votre candidature. **Réponse prévue début juillet**

Contact : dhn@ffnatation.fr