

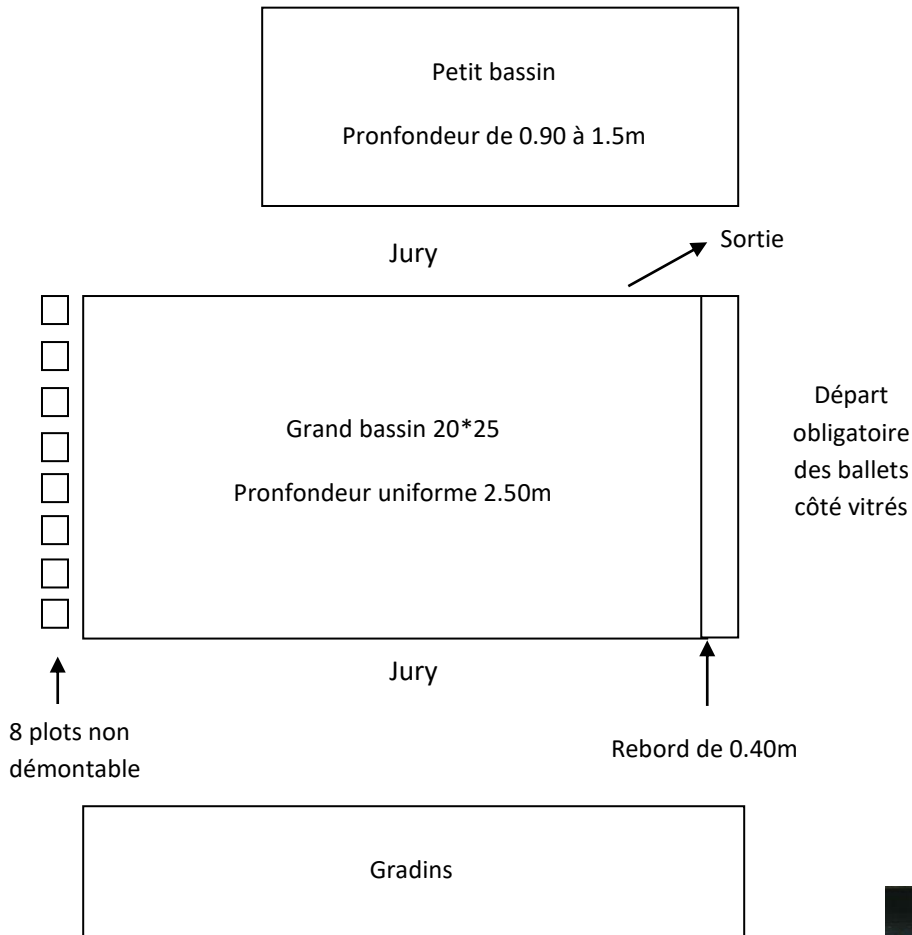


## CHAMPIONNAT REGIONAL JEUNES

**Samedi 20 avril et Dimanche 21 avril 2019**

Centre Nautique Saint Exupéry  
à Villefranche S/S

## La piscine Saint Exupéry



## Les consignes :

### A votre arrivée :

Les entraîneurs de chaque club devront se présenter à l'entrée du bassin pour :

- Remettre les supports musicaux (clé USB par catégorie d'épreuve)
- Compléter la liste des nageuses présentes et déclarer les forfaits
- Pointer les juges présents

### Gélatine et maquillage :

Si le temps le permet, l'espace gélatine et maquillage se trouvera à l'extérieur, à l'entrée de la piscine. Le cas échéant, l'espace sera installé dans le hall d'entrée. Il est formellement interdit de se gélatiner/maquiller dans les vestiaires.

Chaque club devra apporter son matériel, des multiprises seront mises à disposition.

Les restes de gélatine devront être vidés dans les poubelles et non dans les sanitaires/douches/lavabos.

Des bénévoles seront à votre disposition si vous avez besoin d'aide.

La gélatine n'est pas obligatoire si les nageuses portent un bonnet de bain uniforme (à confirmer par le juge arbitre)

### Aux vestiaires :

Des vestiaires nominatifs seront à votre disposition. Merci de respecter celui qui vous sera attribué.

Aucun sac ne pourra être apporté au bord du bassin. Il y a des casiers individuels dans tous les vestiaires (pièce de 1€ ou un jeton) si besoin. Le NDVB & la Ligue AURA déclinent toute responsabilité en cas de vol ou de perte.

L'accès aux vestiaires est réservé aux nageuses et à leurs entraîneurs.

Pas de nourriture aux vestiaires. Chaque club s'assurera de laisser propre le vestiaire attribué.

### Au bassin :

Pas de nourriture, ni de séance maquillage/gélatine.

Port du bonnet de bain obligatoire.

### Dans les gradins :

Pas de nourriture ni de boisson dans les gradins.

Les chaussures sont interdites, des étagères sont à disposition à l'entrée des gradins.



## Pour vous restaurer :



### Buvette :

Une buvette sera à votre disposition tout le week-end avec petite restauration (hot dog, crêpes, sandwich, tartes salées, gâteaux, barres chocolatées ...) et boisson.

### Panier repas :



### Samedi & Dimanche midi :

Nous vous proposons des repas pour les nageuses, les entraîneurs, les familles, le public .... Le menu est à 7€.

#### Menu Samedi midi

Quiche ou sandwich jambon/beurre ou sandwich fromage  
Salades variées (base pâtes ou riz)  
Yaourt  
Pom'pote  
Eau  
Pain

#### Menu dimanche midi

Pizza ou sandwich jambon/beurre ou sandwich fromage  
Salades variées (base pâtes ou riz)  
Yaourt à boire  
Pomme  
Eau  
Pain

### Samedi soir & Dimanche soir, nous pouvons vous préparer des paniers pique-nique froids pour 10€ l'unité.

Règlement par chèque à l'ordre du NDVB. La facture pourra être envoyée par mail sur demande.

Merci de remplir le bon de commande ci-joint et de nous le retourner avec le règlement avant le lundi 15 avril 2019.



## PROGRAMME PREVISIONNEL

### Championnat régional Jeunes

20 ET 21 AVRIL 2019 - Piscine Saint Exupéry à Villefranche S/S

Ce programme est prévisionnel et il pourra être modifié à la confirmation des engagements. Les horaires précis seront communiqués à réception de tous les engagements.

#### SAMEDI 20 AVRIL

9h  
Matin

Ouverture des portes  
Echauffement Figures imposées  
15 min Natation course  
30 min Figures imposées

**Mise en place Jury**  
**Compétition des Figures imposées**

**PAUSE**

Après-midi

Echauffement Natation course Equipes  
Echauffement sans musique Equipes

**Mise en place Jury**  
**Compétition Equipes**  
**Remise des récompenses Figures imposées et Equipes**

#### DIMANCHE 21 AVRIL

9h  
Matin

Ouverture des portes  
Echauffement Natation course Solos et High light  
Echauffement sans musique Solos

**Mise en place Jury**  
**Compétition Solos**  
Echauffement sans musique High light

**Mise en place Jury**  
**Compétition High light**  
**Remise des récompenses Solos et High light**

**PAUSE**

Après -midi

Echauffement Natation course Duos libres  
Echauffement Natation course Duos Libres Mixtes  
Echauffement sans musique Duos Libres  
Echauffement sans musique Duos Libres Mixtes

**Mise en place Jury**  
**Compétition Duos Libres**  
**Compétition Duos Libres Mixtes**  
**Remise des récompenses Duos Libres et Duos Libres Mixtes**

## Détails pratiques :

### Pour vous rendre à la piscine :

Adresse : Centre Nautique Saint Exupéry, 534 avenue saint Exupéry, 69400 Villefranche S/S

#### Accès :

Si l'on vient du Sud : A6, sortie 31.2 / Villefranche Centre.

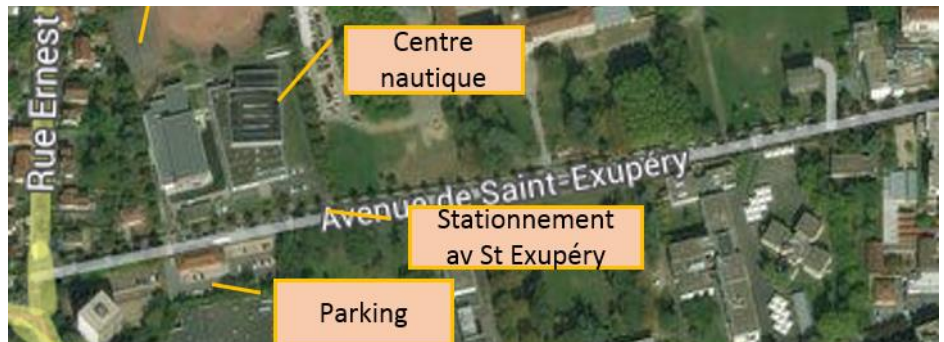
Si l'on vient du Nord : A6, sortie 31.2 / Villefranche Sud.

### Pour stationner :

L'avenue St Exupéry est entièrement gratuite.

La rue Philippe Héron se trouve à 200m de la piscine et est gratuite aussi.

Un petit parking est aussi à disposition face à la piscine.



### Pour vous loger :

- ➔ Balladins\*\*, 65 Av Théodore Braun ☎ 04 74 62 89 13 [lyonnord.confort@balladins.com](mailto:lyonnord.confort@balladins.com)
- ➔ Ibis Budget\*\*, Péage de Limas, 163 allée de Riottier ☎ 04 74 65 11 15
- ➔ The Liberty'S\*\*, 81 rue d'Anse ☎ 04 74 68 36 13 [info@hotelthelibertys.com](mailto:info@hotelthelibertys.com)
- ➔ Best Western Hôtel Plaisance \*\*\*, 96 Av Libération ☎ 04 74 65 33 52 [info@hotel-plaisance.com](mailto:info@hotel-plaisance.com)
- ➔ Ibis \*\*\*, 94 allée de Riottier ☎ 04 74 68 22 23 [H0646@accor.com](mailto:H0646@accor.com)