

■ SAINT-GERMAIN-DES-FOSSÉS

Les nageurs répètent leurs gammes

Les vacances scolaires sont souvent l'occasion de stages de perfectionnement. C'est notamment vrai au club de natation de Saint-Germain.

Seize nageurs étaient ainsi réunis, la première semaine des vacances d'hiver, toute la journée, de 8 heures à 17 heures, au Stade aquatique de Bellerive dans le cadre d'un regroupement de perfectionnement.

Les plus grands ont retrouvé leur coach, Franck Desjariges, et les plus jeunes étaient encadrés par Lisa Bouchard.

Le programme compor-

tait deux entraînements par jour, avec footing, renforcement musculaire, jeux et petit repos en début d'après midi.

La semaine a été intense, mais les jeunes semblaient satisfaits à la sortie. Ce stage s'est terminé par un petit goûter avec les familles, qui ont pu mesurer le plaisir que chacun avait pris à vivre cette période de cohésion collective.

Les plus jeunes et les juniors se retrouveront, samedi 9 et dimanche 10 mars à la piscine Coubertin de Clermont-Ferrand pour disputer leur premier Open 63. ■



STAGE. La semaine d'entraînement pendant les vacances devrait porter ses fruits lors des prochaines compétitions.