

Groupe Juniors - Saison 2026 / 2027

Objectifs du groupe

- Améliorer sa technique de nage, avoir une pratique plaisir de la natation.
- Possibilité de participer jusqu'à 3 compétitions proposées par l'entraîneur.

Critères d'entrée

- Avoir entre 14 et 18 ans.
- Savoir nager au moins **50 mètres** sans s'arrêter.
- Un essai avec l'entraîneur du groupe est obligatoire.

Organisation des entraînements selon une semaine type :

Les nageurs/euses doivent être prêts à s'entraîner, changés et avec leur matériel à l'heure indiquée. Ne pas oublier une gourde. Les nageurs/euses sont tenus de se doucher avant l'entrée dans l'eau.

Les entraînements sont assurés du Lundi 31 Août 2026 jusqu'au Vendredi 25 Juin 2027.

	Lundi	Jeudi	Vendredi
Juniors	St-Légier 19h00 - 20h00	Montreux 19h30 - 20h30	Vevey 20h15-21h15

Vacances scolaires

Les entraînements sont interrompus lors des vacances scolaires.

Début de la saison

La rentrée aura lieu le **lundi 31 Août 2026** avec le planning standard ci-dessus.

Matériel personnel obligatoire pour chaque entraînement

☐ Maillot de bain

☐ Bonnet de bain

☐ Lunettes

Matériel supplémentaire en option (à voir avec l'entraîneur) :

☐ Palmes

☐ Plaquettes demi-lunes,
grandes

☐ Pull-boy

Note : N'hésitez pas à demander conseil à l'entraîneur pour choisir votre matériel.

Pour toutes questions, vous pouvez nous joindre au 021/921 91 31
Mail : info@vevey-natation.ch

