



SECTION SPORTIVE
NATATION

SECTION SPORTIVE NATATION





SECTIONS SPORTIVES

SECTIONS SPORTIVES

La sections-
portive NATA-
TION du lycée
BASCAN en partena-
riat avec le Nautic Club
Rambouillet (NCR) a pour
objectifs de permettre aux
élèves d'améliorer leur niveau de
performance en natation, d'acquérir
des connaissances sur les données de
l'entraînement (physiologiques par
exemple) en lien avec les savoirs délivrés en
SVT, mais aussi de préparer aux épreuves spéci-
fiques à chacune des sections.

A raison de 4h de pratique sportive hebdomadaire, cette
section s'inscrit dans le cursus de formation des classes de la
2nde à la Terminale. En parallèle, chaque élève doit être assidu
dans sa pratique de club.

La section est ouverte à tous les élèves volontaires qui possèdent déjà
un bon niveau de pratique. L'hébergement en internat peut être envisagé
pour les élèves éloignés du lycée.

PROFIL



Pour s'inscrire à l'une
des sections sportives, les
élèves doivent être licenciés
ou devront se licencier dans un club affilié à la
FFN (Fédération Française de Natation).

Le nageur se doit d'être motivé, assidu, tenace, res-
pectueux et compétiteur.

Conditions d'admission :

.Chaque candidat devra fournir si possible :

- une attestation de performance réalisée en compéti-
tion fédérale.
- une lettre de motivation

CONTENUS



Chaque section réalise 2 séances de deux
heures durant le temps scolaire. Celles-ci
sont consacrées essentiellement à la pratique de la dis-
cipline proprement dite (natataion), mais aussi à des
séances de renforcement musculaire, d'analyse de la
pratique ou encore d'apports de contenus théoriques.
Chaque élève de la section se devra de participer aux
compétitions UNSS et aux compétitions fédérales.

La section comprend aussi la formation au BNSSA
(Brevet National de Sécurité et de Sauvetage Aqua-
tique).



Nautic Club Rambouillet (NCR)

06.79.29.62.09
secretariat.ncrambouillet@gmail.com
<https://www.ncrambouillet.com/>



Lycée Louis Bascan

5 Avenue du Général Leclerc 78120 RAMBOUILLET
☎ 01.34.83.64.00 📧 0782549x@ac-versailles.fr
<http://www.lyc-bascan-rambouillet.ac-versailles.fr>