

## EQUIPEMENTS

### CENTRE NAUTIQUE RAYMOND BOISDÉ

- Bassin de 50m extérieur 8 lignes
- Bassin de 25m intérieur 5 lignes
- Salle de musculation



### CREPS

- Salles de musculation
- Espace médical & balnéothérapie :  
Sauna, hammam, bain froid, bassin



## PARTENAIRES



Club « Label National »



## CONTACTS

Responsable CAF Natation Course :  
Christophe CLEUZIOU  
[cleuziouchristophe@yahoo.fr](mailto:cleuziouchristophe@yahoo.fr)

**CAF Natation Course**  
**Collège / Lycée / Post-BAC**

Centre d'Accession et de Formation –  
CREPS Centre-Val de Loire



**Aquatic Club de Bourges**

Centre Nautique Raymond Boisdé  
1 avenue du 11 Novembre 1918, 18000 Bourges  
<http://acbourges.fr> - [contact@acbourges.fr](mailto:contact@acbourges.fr)





# CAF Natation Course

Depuis 2009, l'Aquatic Club de Bourges travaille en partenariat avec le CREPS de Bourges afin de proposer aux nageuses et nageurs scolarisés en Collège et Lycée voire en études supérieures, un cadre de vie et des conditions d'entraînements en adéquation avec leur souhait de mener de front un double projet : scolaire et sportif tout en ayant pour objectif l'accession au haut niveau.



## LE CREPS DU CENTRE-VAL DE LOIRE

Etablissement public dont l'un des objectifs est le sport de haut niveau. Structure accueillant plus de 90 sportifs permanents âgés de 11 à 20 ans répartis dans différentes structures d'entraînement (Pôle France, CAF, Centre d'entraînement)

## LE SUIVI MEDICAL

Suivi permanent, soins quotidiens, travail de prévention : médecin, kiné, cardiologue, psychologue du sport, diététicienne, service d'exploration fonctionnelle, podologue...

## INTERNAT / VIE QUOTIDIENNE

Les sportifs sont logés à l'internat dans des chambres de 2. Repas et petits déjeuners au Restaurant du CREPS. 7 personnes assurent l'encadrement des internes (études...)

## LA SCOLARITE / LA FORMATION

Aménagement de la scolarité et de la formation avec un accompagnement individualisé afin de permettre la réussite du double projet sportif et scolaire. Concertations régulières avec l'entraîneur pour un suivi cohérent du projet sportif.

- Possibilité de BAC en 2 ans
- Aménagements possibles pour les Post-Bac (Licences, BTS, IUT/DUT...)
- Formations au CREPS : BPJEPS (AAN, AGFF, APT...)
- **NEW** Ouverture d'une filière STAPS (Antenne Université d'Orléans) avec Option Natation à la rentrée 2019.
- **NEW** Proposition d'un PPA (Projet Personnalisé d'Accompagnement) pour les sportifs de haut-niveau

Renseignements complémentaires :  
[cleuziouchristophe@yahoo.fr](mailto:cleuziouchristophe@yahoo.fr)

## L'ENTRAINEMENT

- Nombre et horaires d'entraînements adaptés en fonction du niveau d'entraînement, de l'âge et des objectifs de chacun.
- Entraînement biquotidien en 50m ext. ou 25m intérieur matin ou midi et soir
- Préparation physique individualisée : 1 à 3 séances en fonction du niveau et de l'âge des nageurs.

## LE CLUB SUPPORT

L'Aquatic Club de Bourges met à disposition 2 éducateurs sportifs (1 DES et 1 DE) pour entraîner les nageurs du CAF et mettre en place la logistique pour les déplacements entre les lieux d'entraînement, le CREPS et les établissements scolaires à l'aide des minibus du club.