

La vie du club: Sport & Equilibre de vie

Pour certains parents, la réussite scolaire de leurs enfants passe par une consécration exclusive de ces derniers à leurs études, ne laissant qu'une place minime aux loisirs sportifs ou artistiques. Cependant, mon expérience d'entraîneur, me laisse penser que loin d'être incompatibles, la réussite scolaire et la réussite sportive, sont au contraire complémentaires.



A mon sens, les satisfactions procurées par un investissement assidu dans une pratique sportive, et les résultats qui en découlent, loin d'obérer les chances de réussite scolaire, permettent au contraire de faire l'apprentissage de qualités nécessaires pour réussir des études sinon brillantes, du moins abouties, et contribuent grandement à l'acquisition d'un équilibre pas toujours facile à trouver.

L'échec scolaire n'étant évidemment pas envisageable, du moins pas pour cause de pratique sportive, la question peut se poser, de savoir comment gérer toutes ces exigences. Comment nos jeunes sportifs peuvent-ils concilier l'investissement réclamé par le système scolaire, leurs parents, leur entraîneur... tout en ayant la prétention, toute légitime ma foi, de répondre à quelques sollicitations sociales de leur âge ?

La réponse déborde évidemment du cadre de l'activité sportive.

Aussi, au-delà de l'entraînement, de la préparation et de la performance sportive, comment nos jeunes sportifs peuvent-ils mieux répondre à toutes ces exigences combinées? Comment faire les bons choix en termes d'hygiène de vie ou d'attitude face aux sollicitations diverses?

Afin de répondre à ces questions, pour échanger sur ces sujets, le Sporting Club du 9ème vous convie, sportifs de tout âge, parents, entraîneurs, dirigeants associatifs, à un entretien avec:

Florence Waxin

Diététicienne Nutritionniste

Diplômé Universitaire en Nutrition du Sportif

Membre de la Société Française de Nutrition du Sport

Le jeudi 2 février 2012 à 19h30, à la salle du conseil de la Mairie du 9ème

4ème édition du trophée du 100 Nage Libre le 9 Février !



Le trophée du 100 NL est une compétition interne au club, qui voit chaque année s'affronter des nageurs de tous les âges et de tous les niveaux. L'année dernière Rita et Julien Oustry avaient remis en jeu et conservé leurs titres avec brio. Au delà des performances, il y a aussi eu de l'ambiance autour du bassin avec plus de 130 nageurs accompagnés de nombreux parents. On retient notamment cette jolie Marseillaise entonnée spontanément par l'ensemble des nageurs lors de la remise des médailles à ces deux champions.

Alors n'hésitez plus, cette année venez et plongez le 9 Février à la piscine Drigny à partir de 19:00 !

N°15 – Janvier 2012

Brèves du Trophée

134: le trophée du 100 nage Libre a connu son record de participation l'année dernière avec 134 nageurs.

49 & 85: c'est la répartition entre les nageuses et les nageurs.


99: le nombre de nageurs de moins de 18 ans ayant participé.

10: en années l'âge des deux plus jeunes participants, Alice Lafarge et Théo Harduin, qui nageront encore cette année.

PARTENAIRES



Radio Bassin est une publication du Sporting Club du 9ème. N'hésitez pas à nous soumettre vos d'articles.



Jeudi 2 février 2012
19 h 30
Salle du Conseil
de la Mairie du 9^e

Sport & équilibre de vie



les entretiens sportifs du 9^e



Les jeunes sportifs sont confrontés à un double impératif. Ils doivent répondre aux exigences du système scolaire ou universitaire, tout en étant performants dans leur pratique sportive.

Au-delà de l'entraînement et de la préparation, comment mieux répondre à ces exigences combinées ? Comment faire les bons choix en termes d'hygiène de vie ou d'attitude face aux sollicitations ?

Afin de répondre à ces questions, pour échanger sur ces sujets, le Sporting Club du 9^e vous convie, sportifs de tout âge, parents, entraîneurs, dirigeants associatifs, à un entretien avec **Florence Waxin, Diététicienne Nutritionniste, Diplômée Universitaire en Nutrition du Sportif, Membre de la Société Française de Nutrition du Sport.**

Entrée libre. Salle du Conseil de la Mairie du 9^e, 6 rue Drouot, 75009.

Ouverture des portes 19h15, début de la conférence : 19h30

Plus d'informations sur f.felix@sc9-natation.fr



www.sc9.fr