

## 4ème stage national entrainement compétition - Brest

Écrit par Olivia F.

Samedi, 16 Avril 2011 14:51 - Mis à jour Samedi, 23 Avril 2011 07:21

---



Week-end du 16 et 17 avril, sous le soleil dans la rade de Brest. Quelques 15 stagiaires, entraineurs dans des clubs du Grand Ouest, d'IDF-Picardie mais également de Sète, se retrouvent ce week-end à Brest pour un stage intensif de préparation à l'entrainement à la compétition. Au programme ce matin : présentation du règlement compétition par Olivier Grenier et Olivia Fricker, suivi de cours sur la physiologie et les techniques d'entrainement par Arnaud Ponche et Christian Vogler. Le stage continue cet après-midi en piscine. En attendant demain matin et une "première" pour les stagiaires qui vont bénéficier des conseils avisés en sophrologie de Brigitte Populus qui détient le record féminin national d'apnée statique.

Merci aux stagiaires pour leur enthousiasme et leur confiance, à Marie-Paule Gelle et Mathieu Grenier pour les prises de vues vidéo ainsi qu'à Sylvie Sicre qui est venue rejoindre l'équipe afin de piloter sous peu un nouveau stage en région parisienne. Un clin d'oeil au GMAP qui a été le club support de ce week-end et sans qui le stage n'aurait pu avoir lieu.