

A Angoulême, le 10 décembre 2019.

Destinataires :

- Tous les clubs du CRCKNA
- Les clubs de Charente



Thibaud DELAUNAY - Conseiller Technique Régional
31 rue de la prairie du mas 16 710 St Yrieix
Tél. : 06.63.73.62.62 - Mail : tdelaunay@ffck.org



Kevin SPONEM - Conseiller Technique Fédéral Départemental
Maison des sports – Rue des Mesniers – Domaine de la Combe
Tél : 06-87-51-69-12 / @ : <http://work.kevinsponem@gmail.com>

PRÉ-TESTS DU PARCOURS DE L'EXCELLENCE SPORTIVE Le Mercredi 12 février 2020 - ANGOULEME

Cette journée est ouverte aux sportifs qui ont un projet orienté vers une démarche de compétition et/ ou dont l'objectif est d'entrer au Pôle d'entraînement d'Angoulême ou au Pôle Espoir.

L'objectif premier est d'évaluer ses capacités physiques et de prendre connaissances des tests nationaux qui auront lieu le 14 Mars 2020 à Toulouse.

Cette journée est ouverte à tous les athlètes de la Région Nouvelle Aquitaine.

UNE PRESENTATION DES ENTRETIENS SERA FAITE AVEC QUELQUES OUTILS ET CONSEILS POUR LES PREPARER !

Lieu de L'action :

- Angoulême – Île de Bourguines
- RDV Mercredi 12 février 2020 à 13h45/14H à Bourguines = SOYEZ à L'HEURE !!!

Objectifs de l'action :

- Découverte des tests pour les plus jeunes et premier point d'étape pour les athlètes.
- Faire un bilan des qualités physiques
- Préparer les tests du 14 Mars 2020.

Public Concerné :

- **Minimes 1 et 2 : ⚠ IMPORTANT 🇫🇷 !!!** Car les tests nationaux seront ouverts à ce public cette année!
- Cadets 1 et 2 investis dans une démarche sportive et souhaitant intégrer le pôle espoir.
- Les athlètes déjà au pôle de minime (M1 – M2) à junior (J1 – J2).

Matériel nécessaire :

- Tenue de sport complète avec de vraies chaussures de footing (3000m et épreuves physiques)
- Bateaux directeur (CEL) et pagaie adaptée (200m et 2000m)
- Bouteille d'eau

R1: Thibaud DELAUNAY – tdelaunay@ffck.org - 06 63 73 62 62

Cadres : Kévin SPONEM (work.kevinsponem@gmail.com – 06 87 51 69 12), Cyril LEBLOND, Sami ROCHER, Quentin LYPHOUT, Julien PAJAUD + tous autres cadres disponibles... 🟢😊🙏

Renseignements et inscriptions : ⚠ **Avant le 8 Février 2020** 🇫🇷

- Par mail à : **Thibaud DELAUNAY – tdelaunay@ffck.org - 06 63 73 62 62**
- Envoyer votre Nom / Prénom – Date de naissance – N° de Licence et Club.

Programme prévisionnel :

- 13h45 : Arrivée des participants, accueil / Présentation des entretiens : objectifs / projet
- 14h00 : Explications de l'après midi
- 14h15 à 18h00 : Mise en place des tests en fonction du nombre de participants