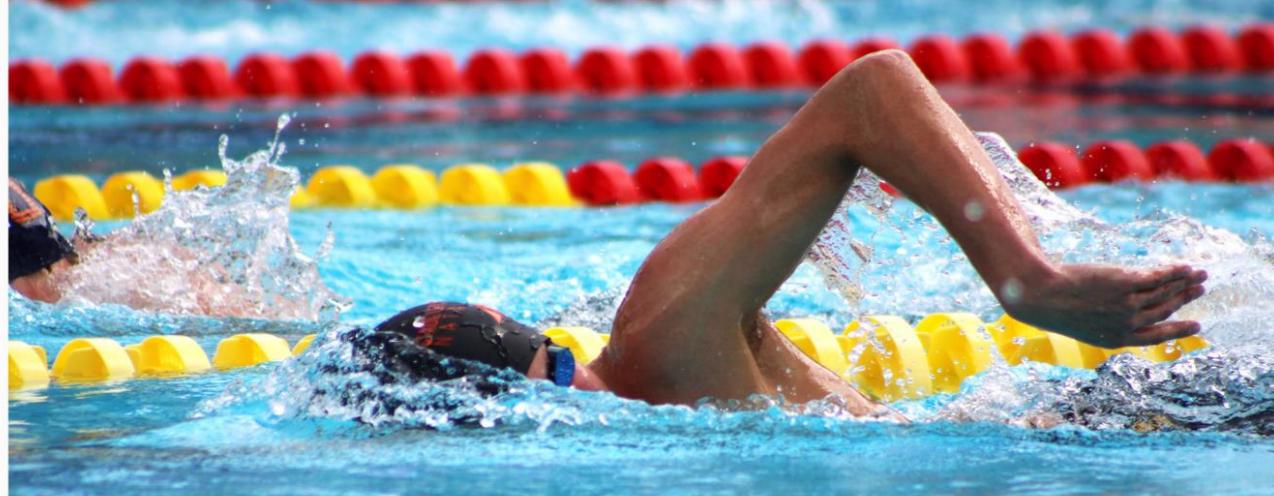


A wide-angle photograph of an outdoor swimming pool at dusk. The pool is divided into lanes by white lane lines and red lane dividers. Several swimmers are visible in the water, some in the foreground and others further down the pool. In the background, there are bleachers on the left, a large white building in the center, and some trees and a white tent on the right. The overall scene is dimly lit, suggesting the time is either early morning or late evening.

Bienvenue au Stade Lavallois Natation

Saison 2025 - 2026



Le stade Lavallois natation a pour mission de faire découvrir la natation sportive au plus grand nombre de faire progresser chacun quelque soit son objectif et de promouvoir la compétition pour amener ceux qui le souhaitent au meilleur de leur potentiel



Bienvenue à nos coachs

Saison 2025 - 2026



Antonyn Bonel

Ancien nageur de haut niveau, Antonyn connaît très bien la natation. Il est diplômé d'une licence Staps, ainsi que d'une licence professionnelle métier de la forme. Il vient de la région parisienne après une 1ère expérience réussie au CAO (Orsay).



Corentin Yan

Passionné de sport et de natation, Corentin a fait de sa passion son métier. Il est diplômé d'une licence Staps et s'est formé au Cercle Paul Bert de Rennes. Il vient de Bretagne, où il entraînait au club de Lamballe.



Nicolas Azuelos

Bien connu déjà des nageurs notamment en école de natation, Nicolas est maître nageur à la piscine Saint Nicolas. Il est diplômé d'un BPJEPS activité aquatique et va poursuivre sa formation avec le club sur cette saison !



Maël Ripoché

Maël est ancien nageur du club, diplômé d'un BPJEPS activité aquatique et d'un brevet d'entraîneur de natation. Il continuera d'encadrer des groupes en parallèle de son nouveau métier de maître nageur à la piscine Saint Nicolas.



Enzo Reverdy

Enzo a appris à nager avec le club ! Il est maintenant maître nageur à l'aquabulle et va poursuivre sa formation d'entraîneur nous.





Ecole de Natation



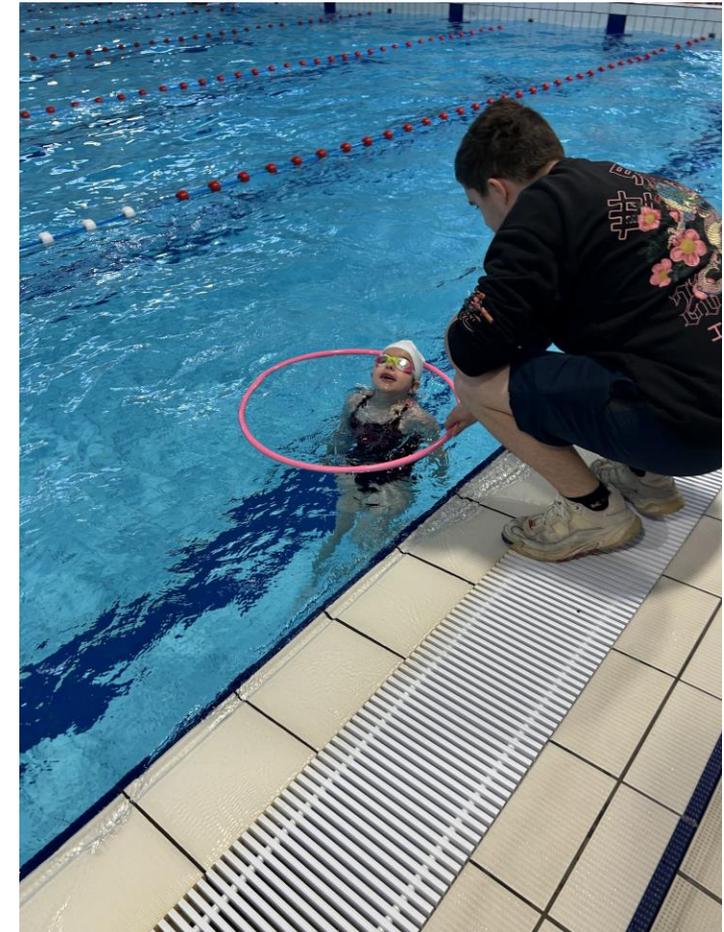
école de
natation
française

Ecole de Natation : 1^{ère} étape



Les
Minions

Les
Némos



Ecole de Natation : 1^{ère} étape



Les
Minions

Les
Némos



Ecole de Natation : 2^{ème} étape



Pré-
compet N1

- . Apprentissage 2 nages (dos et crawl)

Pré-
compet N2

- . Apprentissage 4 nages
- . Découverte de la compétition



Ecole de Natation : 2^{ème} étape



Pré-
compet N1

Pré-
compet N2





école de natation française

7 CONSEILS DE RENTREE

1. Je dépose mon enfant 10 minutes avant le début de l'entraînement et je m'assure que le cours a bien lieu.
2. Je facilite la vie des enfants avec des vêtements faciles à enlever et à remettre. Je n'entre pas dans les vestiaires.
3. Je récupère mon enfant à l'heure après l'entraînement et je préviens en cas de retard. Je lui rappelle qu'il ne doit jamais partir tout seul de la piscine.
4. J'encourage mon enfant et je laisse faire les professionnels : les progrès ne sont pas linéaires et peuvent être altérés par la fatigue, le stress et la motivation
5. Je prends rendez-vous avec l'entraîneur ou avec un membre du club pour un échange constructif en cas de problème.
6. Je communique de manière cordiale, avec respect, politesse et sans agressivité aux membres du club et aux entraîneurs.
7. Je n'hésite pas à dire merci et bravo... aux entraîneurs, encadrants et bénévoles engagés dans le projet du club

#monclubmapassion

Cours pendant les vacances de la Toussaint

- Sur inscriptions
- Info à venir

Inscription par mail



Le passage des tests



école de
natation
française



Ecole de Natation : Le passage des tests



Les Némos

Pré-
compet N1

- Quand : samedi 9h00 à 10h
- Qui : les enfants prêts à réussir
(convocation par mail)
- Les nageurs changent de groupe en cours de saison
- **1^{er} test : 22 novembre**

Ecole de Natation : Le pass compétition



Pré-
compet N2

- Quand : **lors des compétitions du département**
- Qui : **les enfants prêts à réussir**
- **Compétitions : 19/10 à Laval et le 23/11 à Mayenne**

(convocation par mail)

Ecole de Natation : Le pass compétition



DIMANCHE 19/10 MATIN 2ème RÉUNION
Ouverture 8H Evacuation 9H25 Début des épreuves 9H30
1500m Nage Libre
50m Papillon-dos
100m Dos
200m Papillon
50m Dos-brasse
Pause 10'
200m 4 Nages
50m Brasse-crawl
100m Brasse
50m Nage Libre
50m Nage libre



Interplouf des rois et des reines

Samedi 10 janvier 2026 (à confirmer)
Piscine St Nicolas – Après midi



A group of swimmers in various colored swimsuits and caps are lined up on the pool deck, preparing for a race. Some are in starting blocks, while others are in the water. The pool is blue with red lane markers. The background shows a large indoor pool facility with blue walls and a high ceiling.

Loisirs & Perfectionnement

Ados & Adultes

Loisirs et Perfectionnement

Groupes de niveau

Partage de vos
objectifs personnels



A vos Plots 2026

Samedi 10 janvier 2026 (à confirmer)

Piscine St Nicolas – Après midi





Groupes Compétition

Catégories jusqu'au 31/12/2025

AVENIRS	11 ans et moins	2014 – 2015 (et après)
BENJAMINS	12 – 13 ans	2013 et 2012
JUNIORS	14 – 18 ans	2011 à 2007
SENIORS	19 ans et plus	2006 et avant

Catégories à partir du 1/01/2026

AVENIRS	11 ans et moins	2015 – 2016 (et après)
BENJAMINS	12 – 13 ans	2014 et 2013
JUNIORS	14 – 18 ans	2012 à 2008
SENIORS	19 ans et plus	2007 et avant

Vos coaches

Saison 2025 - 2026



Antonyn Bonel

Ancien nageur de haut niveau, Antonyn connaît très bien la natation. Il est diplômé d'une licence Staps, ainsi que d'une licence professionnelle métier de la forme. Il vient de la région parisienne après une 1ère expérience réussie au CAO (Orsay).



Corentin Yan

Passionné de sport et de natation, Corentin a fait de sa passion son métier. Il est diplômé d'une licence Staps et s'est formé au Cercle Paul Bert de Rennes. Il vient de Bretagne, où il entraînait au club de Lamballe.



Nicolas Azuelos

Bien connu déjà des nageurs notamment en école de natation, Nicolas est maître nageur à la piscine Saint Nicolas. Il est diplômé d'un BPJEPS activité aquatique et va poursuivre sa formation avec le club sur cette saison !



Maël Ripoché

Maël est ancien nageur du club, diplômé d'un BPJEPS activité aquatique et d'un brevet d'entraîneur de natation. Il continuera d'encadrer des groupes en parallèle de son nouveau métier de maître nageur à la piscine Saint Nicolas.



Enzo Reverdy

Enzo a appris à nager avec le club ! Il est maintenant maître nageur à l'aquabulle et va poursuivre sa formation d'entraîneur nous.



Corentin Yan

- . 29 ans
- . Ancien nageur
- . Diplômé d'une licence STAPS Entraînement Sportif à Rennes
- . Entraîne depuis 5 ans au cercle des nageurs de Lamballe

- . Mail pro : corentin@stadelavalloisnatation.com

J'ai décidé de quitter Lamballe pour une plus grosse structure avec plus d'opportunité et être responsable de groupes compétitifs à part entière
J'ai choisi de rejoindre le SLN car la structure

Antonyn Bonel

- 24 ans
- Ancien nageur
- Diplômé d'une licence STAPS Entraînement Sportif (ORSAY)
- Entraîne depuis 3 ans (Orsay Ile-de-France)

- Mail pro : antonyn@stadelavalloisnatation.com



Je cherchais à quitter l'Ile-de-France et trouver un coin plus calme pour pouvoir vivre de ma passion.

J'ai choisi de rejoindre le SLN en particulier car il semblait y avoir un beau projet de « reconstruction » du club.

Attentes en fonction des Groupes

Groupes Avenirs:

- . Avoir son matériel
- . Planning prévisionnel des compétitions / stage
- . Groupe Whatsapp Coach et parents (à créer)

Groupe Benjamins 1/2 :

- .Fiche du matériel à avoir
- .Fiche conditions (groupe 2)
- .Planning prévisionnel des compétitions / stage
- .Groupe Whatsapp coach et parents (à créer)

Attentes en fonction des groupes

Groupes JUNIORS (2 & 3) :

- Fiche du matériel à avoir
- Fiche conditions
- Planning prévisionnel des compétitions / stage
- Groupe Whatsapp (nageur/nageuse et parents)

Groupe SENIORS / MASTERS :

- Fiche du matériel à avoir
- Planning prévisionnel des compétitions / stage
- Groupe Whatsapp (à créer)

Groupes JUNIORS 2 & 3

Fiche Matériel

GROUPE JUNIORS 2 & 3

Madame, Monsieur,

Voici une liste reprenant tout le matériel qui pourra être demandé lors des entrainements. Je précise que le matériel demandé sur cette fiche est **fortement recommandé**, mais ne peut pas être qualifié « d'obligatoire ».

Matériel de base du nageur / de la nageuse :

- Un bonnet
- 2 paires de lunettes
- Une bouteille d'eau / gourde
- 2 maillots de bain
- Une serviette

Matériel de base pour la PPG (Préparation Physique Générale):

- Une tenue de sport propre (short ; tee-shirt)
- Une paire de chaussure propre (privilegié si possible les chaussures de sport)
- Un thera-band / élastique de prévention (attention à ne pas prendre trop résistant)

Matériel de base du filet du nageur / de la nageuse (classé par ordre de priorité) :

- Filet
- Palmes (courtes de préférences / type zoomers) *voir images ci-dessous*
- Plaquettes *voir images ci-dessous*

Dans l'exemple proposé attention au choix de la couleur en fonction du gabarit du nageur / de la nageuse :

- Orange (1^{er} niveau) pour les plus petits gabarits
- Vert (2^{ème} niveau) pour les gabarits plutôt communs
- Jaune (3^{ème} niveau) pour les plus grands gabarits
- Rouge et Bleu sont à éviter !
- Tuba
- Fingers (pas de type en particulier) *voir images ci-dessous*
- Pullboy
- Planche
- Fulcrum (attention les jaunes sont pour les personnes avec de grands avant-bras) *voir images ci-dessous*



Palmes



Plaquettes



Fingers

Fulcrum





STADE LAVALLOIS NATATION

Piscine Saint Nicolas
139 Boulevard Jourdan, 53000 LAVAL



GROUPE JUNIORS 2 – saison 2025/2026

Dames & Messieurs Juniors : né entre 2012 et 2008

CONDITIONS :

- Participation à 2 entrainements par semaine minimum obligatoire sur les 4 proposés.
- Participation aux entrainements de début septembre à juin.
- Absences et retards tolérés si justifiés et communiqué à l'entraîneur en amont.
- Participation aux compétitions.
- Ponctualité, respect de l'autorité, humilité, respect de l'adversaire. Développement de l'esprit compétiteur, notion d'objectif. Début de la spécialisation, planification des entrainements et de la technique (nage ; départ ; virage). Gestion de la récupération et de l'hygiène de vie.
- Compétitions : tout forfait non-déclaré dans les temps sera facturé directement au nageur ou à la nageuse.

SEMAINIER :

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Prévention	18h15-18h30	OFF		17h45-18h	17h45-18h
Séances PPG			14h-14h45 <i>Commun JG3</i>		18h-18h30 <i>Commun JG3</i>
Entraînement Natation	18h30-20h <i>Commun JG3</i>		14h45-16h45 <i>Commun JG3</i>	18h-19h15	18h30-20h <i>Commun JG3</i>

Partie à remplir par le nageur / la nageuse :

NOM : Prénom :
Date de naissance : Catégorie Juniors :

Signature nageur / nageuse ou responsable légal (si mineur) :



STADE LAVALLOIS NATATION

Piscine Saint Nicolas
139 Boulevard Jourdan, 53000 LAVAL



GROUPE JUNIORS 3 – saison 2025/2026

Dames & Messieurs Juniors : né entre 2012 et 2008

CONDITIONS :

- Participation à 4 entrainements par semaine minimum obligatoire sur les 7 proposés.
- Participation aux entrainements de début septembre à juin.
- Absences et retards tolérés si justifiés et communiqué à l'entraîneur en amont.
- Participation aux compétitions.
- Ponctualité, respect de l'autorité, humilité, respect de l'adversaire. Développement de l'esprit compétiteur, notion d'objectif. Début de la spécialisation, planification des entrainements et de la technique (nage ; départ ; virage). Gestion de la récupération et de l'hygiène de vie.
- Compétitions : tout forfait non-déclaré dans les temps sera facturé directement au nageur ou à la nageuse.

SEMAINIER :

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Entraînement Matin		6h30-8h30		6h30-8h30	
Prévention	18h15-18h30	18h15-18h30		19h-19h15	17h45-18h
Séances PPG			14h-14h45 <i>Commun JG3</i>		18h-18h30 <i>Commun JG3</i>
Entraînement Natation	18h30-20h <i>Commun JG3</i>	18h30-20h	14h45-16h45 <i>Commun JG3</i>	19h15-20h45	18h30-20h <i>Commun JG3</i>

Partie à remplir par le nageur / la nageuse :

NOM : Prénom :
Date de naissance : Catégorie Juniors :

Signature nageur / nageuse ou responsable légal (si mineur) :

OCTOBRE						NOVEMBRE						DECEMBRE						
Jour	Date	Thème	points techniques	spécificités	idées	Jour	Date	Thème	points techniques	spécificités	idées	Jour	Date	Thème	points techniques	spécificités	idées	
mercredi	01/10/25					samedi	01/11/25	Férié - Toussaint				lundi	01/12/25					
jeudi	02/10/25					dimanche	02/11/25					mardi	02/12/25					
vendredi	03/10/25					lundi	03/11/25					mercredi	03/12/25					
samedi	04/10/25					mardi	04/11/25					jeudi	04/12/25					
dimanche	05/10/25					mercredi	05/11/25					vendredi	05/12/25					
lundi	06/10/25					jeudi	06/11/25					samedi	06/12/25	Final tour BENJ CHARTRES		régionaux 2025 JUNIORS ; SENIORS Grille de qualification pour nager (CHOLET)		
mardi	07/10/25					vendredi	07/11/25	Interclubs régionaux 1 équipe homme ; 1 équipe femme LE MANS				dimanche	07/12/25					
mercredi	08/10/25					samedi	08/11/25					lundi	08/12/25					
jeudi	09/10/25					dimanche	09/11/25					mardi	09/12/25					
vendredi	10/10/25					lundi	10/11/25					mercredi	10/12/25	Championnats de France 25m JUNIORS ANGERS				
samedi	11/10/25					mardi	11/11/25	Interclubs départementaux ? équipes homme ; ? équipe femme Laval				jeudi	11/12/25					
dimanche	12/10/25					mercredi	12/11/25					vendredi	12/12/25					
lundi	13/10/25					jeudi	13/11/25					samedi	13/12/25					
mardi	14/10/25					vendredi	14/11/25					dimanche	14/12/25				Finale inter-départementale BENJ ; JUNIORS ; SENIORS LAVAL ?	
mercredi	15/10/25					samedi	15/11/25	Départementaux BENJ ; JUNIORS ; SENIORS CHATEAU GONTIER				lundi	15/12/25					
jeudi	16/10/25					dimanche	16/11/25					mardi	16/12/25					
vendredi	17/10/25					lundi	17/11/25					mercredi	17/12/25					
samedi	18/10/25	Pré-saison AV ; BENJ ; JUNIORS ; SENIORS LAVAL				mardi	18/11/25					jeudi	18/12/25	Championnats de France 25m BENJ DUNKERQUE		Championnats de l'Ouest JUNIORS ; SENIORS Grille de qualification pour nager (CHOLET) RENNES		
dimanche	19/10/25	VACANCES DE LA TOUSSAINT				mercredi	19/11/25					vendredi	19/12/25	+ Finale coupe de France des départements				
lundi	20/10/25	Stage (LAVAL) Horaires à déterminer				jeudi	20/11/25					samedi	20/12/25	VACANCES DE NOËL				
mardi	21/10/25	meeting de l'Angers				vendredi	21/11/25					lundi	22/12/25	OFF				
mercredi	22/10/25	Grille de qualification pour nager LAVAL				samedi	22/11/25					mardi	23/12/25	VACANCES DE NOËL				
jeudi	23/10/25	meeting de l'Angers				dimanche	23/11/25					mercredi	24/12/25	OFF				
vendredi	24/10/25	meeting de l'Angers				lundi	24/11/25					jeudi	25/12/25	OFF				
samedi	25/10/25	Grille de qualification pour nager LAVAL				mardi	25/11/25					vendredi	26/12/25	OFF				
dimanche	26/10/25	VACANCES DE LA TOUSSAINT				mercredi	26/11/25					samedi	27/12/25	OFF				
lundi	27/10/25	Stage (LAVAL) Horaires à déterminer				jeudi	27/11/25					dimanche	28/12/25	OFF				
mardi	28/10/25	meeting de l'Angers				vendredi	28/11/25					lundi	29/12/25	OFF				
mercredi	29/10/25	meeting de l'Angers				samedi	29/11/25					mardi	30/12/25	OFF				
jeudi	30/10/25	meeting de l'Angers				dimanche	30/11/25					mercredi	31/12/25	OFF				
vendredi	31/10/25	meeting de l'Angers																

L'ensemble du calendrier est susceptible d'être modifié

Précision stages pour toute la saison :

1^{ère} semaine = facultative

2^{ème} semaine = OBLIGATOIRE

Groupe SENIORS / MASTERS

Fiche Matériel

GROUPE SENIORS / MASTERS

Madame, Monsieur,

Voici une liste reprenant tout le matériel qui pourra être demandé lors des entraînements. Je précise que le matériel demandé sur cette fiche est **fortement recommandé**, mais ne peut pas être qualifié « d'obligatoire ».

Matériel de base du nageur / de la nageuse :

- Un bonnet
- 2 paires de lunettes
- Une bouteille d'eau / gourde
- 2 maillots de bain
- Une serviette

Matériel de base du filet du nageur / de la nageuse (classé par ordre de priorité) :

- Filet
- Palmes (courtes de préférences / type zoomers) *voir images ci-dessous*
- Plaquettes *voir images ci-dessous*

Dans l'exemple proposé attention au choix de la couleur en fonction du gabarit du nageur / de la nageuse :

- Orange (1^{er} niveau) pour les plus petits gabarits
- Vert (2^{ème} niveau) pour les gabarits plutôt communs
- Jaune (3^{ème} niveau) pour les plus grands gabarits
- Rouge et Bleu sont à éviter !
- Tuba
- Fingers (pas de type en particulier) *voir images ci-dessous*
- Pullboy
- Planche



Palmes



Plaquettes



Fingers

OCTOBRE					NOVEMBRE					DECEMBRE								
Jour	Date	Thème	points technique	spécificités	idées	Jour	Date	Thème	points technique	spécificités	idées	Jour	Date	Thème	points technique	spécificités	idées	
mercredi	01/10/25					samedi	01/11/25	Férié - Toussaint				lundi	01/12/25					
jeudi	02/10/25					dimanche	02/11/25					mardi	02/12/25					
vendredi	03/10/25					lundi	03/11/25					mercredi	03/12/25					
samedi	04/10/25					mardi	04/11/25					jeudi	04/12/25					
dimanche	05/10/25					mercredi	05/11/25					vendredi	05/12/25					
lundi	06/10/25					jeudi	06/11/25					samedi	06/12/25					
mardi	07/10/25					vendredi	07/11/25					dimanche	07/12/25					
mercredi	08/10/25					samedi	08/11/25	Interclubs régionnaux 1 équipe homme ; 1 équipe femme LE MANS				lundi	08/12/25					
jeudi	09/10/25					dimanche	09/11/25	Championnats Open d'Automne MASTER LAVAL				mardi	09/12/25					
vendredi	10/10/25					lundi	10/11/25	Interclubs départementaux ? équipe homme ; ? équipe femme Laval				mercredi	10/12/25					
samedi	11/10/25					mardi	11/11/25					jeudi	11/12/25					
dimanche	12/10/25					mercredi	12/11/25					vendredi	12/12/25					
lundi	13/10/25					jeudi	13/11/25					samedi	13/12/25	Meeting de Carquefou MASTER CARQUEFOU				
mardi	14/10/25					vendredi	14/11/25					dimanche	14/12/25					
mercredi	15/10/25					samedi	15/11/25	Départementaux CHATEAU GONTIER				lundi	15/12/25					
jeudi	16/10/25					dimanche	16/11/25					mardi	16/12/25					
vendredi	17/10/25					lundi	17/11/25					mercredi	17/12/25					
samedi	18/10/25	Pré-saison LAVAL				mardi	18/11/25					jeudi	18/12/25					
dimanche	19/10/25					mercredi	19/11/25					vendredi	19/12/25	Championnats de l'Ouest Grille de qualification pour nager (CHOLET) RENNES				
lundi	20/10/25	VACANCES DE LA TOUSSAINT Stage (LAVAL) Horaires à déterminer				jeudi	20/11/25	Meeting national de Cherbourg MASTER CHERBOURG				samedi	20/12/25	VACANCES DE NOËL OFF				
mardi	21/10/25				dimanche	23/11/25					lundi	22/12/25						
mercredi	22/10/25				lundi	24/11/25					mercredi	24/12/25						
jeudi	23/10/25				mardi	25/11/25					jeudi	25/12/25						
vendredi	24/10/25				mercredi	26/11/25					vendredi	26/12/25						
samedi	25/10/25	VACANCES DE LA TOUSSAINT Stage (LAVAL) Horaires à déterminer				jeudi	27/11/25	Meeting de l'Anjou MASTER ANJOU				samedi	27/12/25	VACANCES DE NOËL OFF				
dimanche	26/10/25				vendredi	28/11/25					dimanche	28/12/25						
lundi	27/10/25				samedi	29/11/25					lundi	29/12/25						
mardi	28/10/25				dimanche	30/11/25					mardi	30/12/25						
mercredi	29/10/25										mercredi	31/12/25						
jeudi	30/10/25																	
vendredi	31/10/25																	

L'ensemble du calendrier est susceptible d'être modifié

Merci pour votre
attention





Calendrier des Compétitions

Compétition Oct à Dec 2025 :

Compétitions	Grille qualification ou sélections par les entraîneurs	Date	Lieu	Attention changement de catégorie au 1/01/2026					
				Pré-Compet	Avenirs	Benjamins	Juniors	Seniors	Masters
Pré-saisons TC		18 et 19 octobre 2025	Laval	1	1	1	1	1	
Meeting Fougères ?	X	25 et 26 octobre 2025	Fougères		1	1	1	1	
Interclubs régionaux TC	x	08-nov-25	Le Mans				1	1	1
Interclubs départementaux TC		11-nov-25	Laval		1	1	1	1	1
Départementaux BJS		15 et 16 novembre 2025	Château - Gontier ?			1	1	1	
Interclubs Avenirs		23-nov-25	Mayenne	1	1				
Open d'Automne Master		23-nov-25	Laval						1
Final Tour Benjamins	X	6 et 7 décembre 2025	Chartres			1			
Régionaux d'hiver JS	X	6 et 7 décembre 2025	Cholet				1	1	
Finale inter-départementale BJS	X	14-déc	Laval ?			1	1	1	
Championnat de l'Ouest	x	19 au 21 décembre 2025	Rennes						

Calendrier Ligue Régionale



Calendrier sportif septembre 2025 – juillet 2026

Compétitions	Dates	Lieu	Catégories
Championnat de France Elite 25m	23/10 au 26/10/2025	Taverny	Juniors / Séniors
Interclubs régionaux	8/11/2025	Le Mans	TC
Championnats départementaux 1	15 et 16/11/2025	départements	Benjamins + JS
Interclubs avenir (départements)	23/11/2025	Départements	avenirs
Régionaux 25m hiver	6 et 7/12/2025	Cholet	Juniors / Séniors
Finale Tour Benjamins	6/12 et 7/12/2025	Chartres	Benjamins
Championnat de France Juniors 25m	10/12 au 14/12/2025	Angers	Juniors
Finalité inter-départementale	14/12/2025	2 pôles	Benjamins + JS
Championnat de France benjamins	18/12 au 20/12/2025	Dunkerque	Benjamins
Finale coupe de France des départements	21/12/2025	Dunkerque	Benjamins
Championnat de l'ouest 50m	19/12 au 21/12/2025	Rennes	Juniors / Séniors
Championnats départementaux 2	7/02 et 8/02/2026	départements	Benjamins + JS
Webconfrontation n°1 50m	13/03 au 15/03/2026	Nantes	Juniors / Séniors
Giant Open (J5 et plus Elite)	20/03 au 22/03/2026	CAO	J5 et plus (sélection ligue)
Qualification interclubs benjamins	29/03/2026	départements	Benjamins
Match zone 1 (ex-N2)	17/04 au 19/04/2026	Ouest	Juniors / Séniors
Régionaux avenir	26/04/2026	Allonnes	Avenir
Match zone 2	22 au 24/05/2026	Ouest	Juniors / Séniors
Championnats de France U18 50m	25/05 au 30/05/2026	Chalon-sur-saône	U18
Régionaux benjamins	30/05 au 31/05/2026	Saint-Nazaire ?	Benjamins
Championnats départementaux 3	6/06 au 7/06/2026	départements	Benjamins + J/S
Coupe de France benjamins des départements	6/06 et 7/06/2026	Normandie	Benjamins
Finale régionale interclubs benjamins	13/06/2026	Chalonnnes	Benjamins
Finale inter-départementales interclubs benjamins	14/06/2026	2 zones	Benjamins
Coupe de la ligue des départements avenir	14/06/2026	Chalonnnes	Avenir
Régionaux qualificatifs	20/06 et 21/06/2026	Laval ?	Juniors / Séniors
Championnats de France Elite	27/06 au 2/07/2026	?	Juniors / Séniors
Webconfrontation U13	27/06 et 28/06/2026	?	U13
Webconfrontation n°2 50m	3/07 au 5/07/2026	?	Juniors / Séniors
Open été	17/07 au 22/07/2026	?	Juniors / Séniors

Pas de compétitions sans Officiels !

philippe.saboureau123@orange.fr



Etape 1 : Convocation par mail :

Votre réponse est indispensable !

STADE LAVALLOIS NATATION

Convocation à un évènement du club

Convocation à un évènement de : STADE LAVALLOIS NATATION

Bonjour Elena LANNIC,

Vous êtes convoquée à l'évènement : Interclubs départementaux
Le dimanche 17 novembre 2024

Serez-vous présente ?

- [Je confirme ma présence](#)
- [Je serai absente](#)

Informations :

Bonjour,

Le 17 novembre prochain aura lieu les interclubs départementaux à Laval. Cette compétition est très importante pour le club car elle est la seule regroupant l'ensemble des catégories et se faisant par équipe de 10 filles et 10 garçons. Il nous faut donc le maximum de participants lors de cette journée.

C'est pourquoi nous vous demandons de nous rendre réponse le plus rapidement possible afin que nous puissions commencer à faire les équipes

Etape 2 : Engagements et préparation

Rappel : le club paye les engagements :

- Département : 3€/nage
- Région : 8€/nage



12 Pré-Saisons Avenirs Départementaux

oct. 2024

Accueil / Évènements / Pré-Saisons Avenirs Départementaux

Publié il y a 1 semaine

Le samedi 12 oct. 2024, de 13h30 à 18h30

Lieu : Piscine Saint Nicolas 53000 Laval

Pré-saisons 2024 - Piscine de Laval

Samedi après midi : Avenirs (4 épreuves maximum)

Attention les nageurs nés en 2013 sont toujours en catégorie AVENIRS jusqu'au 31/12/2024

Fiche technique de la compétition : <https://mayenne.ffnatation.fr/rsc/1616/fichiers/calendrier/317.pdf>

Etape 3 : Programme



Tour de la Mayenne n°3 - Pass compétitions / JEUNES
MAYENNE (FRA)
03 avril 2022 - Bassin de 25 m

Programme

Ouverture des portes, début de l'échauffement - Di 03/04/2022 à 08:30

Fin de l'échauffement, évacuation du bassin - Di 03/04/2022 à 09:25

50 Nage Libre Dames Jeunes (Séries 1/4) - Di 03/04/2022 à 09:30

1. GUIGNARD Camille	2010	FRA	CHATEAU GONTIER NATATION	AT
2. VENGEANT Kim	2011	FRA	CHATEAU GONTIER NATATION	AT
3. MAGNETTE Lolita	2011	FRA	ES CRAON NATATION	49.86
4. GARREAU-ROUSSEAU Emma	2010	FRA	CHATEAU GONTIER NATATION	55.73
5. MERIOUA Inaya	2011	FRA	CHATEAU GONTIER NATATION	AT
6.				

50 Nage Libre Dames Jeunes (Séries 2/4) - Di 03/04/2022 à 09:32

1. HUARD Pauline	2010	FRA	DAUPHINS DE MAYENNE	45.72
2. CHARTIER Heidi	2011	FRA	DAUPHINS DE MAYENNE	41.70
3. BOUCHER Loralyn	2009	FRA	ES CRAON NATATION	41.05
4. LOUF Maëlline	2010	FRA	DAUPHINS DE MAYENNE	41.35
5. ALEMANN Celine	2010	FRA	DAUPHINS DE MAYENNE	45.56

Le programme est disponible quelques jours avant (site du club)

Déroulement compétition



- Arrivée 5/10' avant l'ouverture des portes avec la tenue du SLN
- Avoir son matériel avec soi :
 - bonnet, maillot, lunettes et élastique
 - 2 serviettes
 - des affaires supplémentaires (short, survet, sweat, tee shirt, chaussettes et chaussures)
 - Hydratation et nourriture
- Avoir le programme ou ses horaires de passage(s)

Etape 4 : Résultats et Photos

01 Régionaux été Jeunes et Juniors Seniors à Laval - 1er au 3 juillet 2023

Accueil / Événements / Passés / Régionaux été Jeunes et Juniors Seniors à Laval - 1er au 3 juillet 2023

Publié il y a 2 mois

Du samedi 01 au lundi 03 juil. 2023

- Calendrier Annuel
- Résultats compétitions et tests FFN
- Pass-Compétition : résultats et suivi du Challenge Avenir
- Records de la Mayenne
- Officiels Chronomètres
- Le dictionnaire des acronymes de la FFN



Jeunes Région

Photos associées : Régionaux JS à Laval 29 et 30 juin 24

Photos de Dominique Gautier - merci de mentionner en cas d'utilisation

[Cliquez ici pour voir toutes les photos](#)



Tous les événements passés

- Réunion de bureau n°1
- Championnats de France Open été - 18 au 23 juillet 2023
- Régionaux été Jeunes et Juniors Seniors à Laval - 1er au 3 juillet 2023
- Coupe de la ligue Avenir - 18 juin à Nozay
- Open Swim-Stars Eau Libre à Laval
- Test école de Natation - Session n°6
- Championnats de France Elite - 12 au 18 juin Rennes
- Championnat Départemental été
- Meeting du Lac
- Championnats Inter-Régional N3 à La Roche sur Yon
- Trophée 4 Nageurs à Allonnes - 14 mai 2023
- Fête du Club
- Test école de natation - Session n°5
- 15ème Meeting de Laval
- Test école de natation - Session n°4
- Championnat de France Junior

ffn.extrNat.fr
104 rue Martré
CS 70032
92583 Clichy Cedex
Tél : +33 (0)1.70.48.45.70

www.ffnatation.fr www.livetrn.com www.extrnat.fr www.tneaulibre.fr waterpolo.ffnatation.fr

DÉCOUVREZ L'ACTUALITÉ DE LA FÉDÉRATION SUR LE SITE GRAND PUBLIC WWW.FFNATION.FR

FF Natation Fédération Natation Eau Libre Water-Polo Nat Artistique Plongeon Maîtres Nat Estivale

Les Résultats
Liste des Clubs FFN
Structures du PFF
Liste des Participants
Les Podiums
Les Meilleures Perf.
Bilan et Statistiques
Taux de réussite
Les Records battus
Détail du jury
Résultats format PDF
Résultats format FFNex
Résultats format LENex
Résultats format CSV
Quitter

Dames Tous les engagements
Messieurs

Les résultats
Championnats de Ligue 50m Web Confrontation #2 - PAYS DE LA LOIRE - LAVAL (FRA) (FRA)
Titre original : Championnat Régional été
Du Samedi 1^{er} au Lundi 3 Juillet 2023 - Bassin de : 50 m.

155 Performances Temps de passage : surveillez les temps
Taux de réussite (Dames + Messieurs) : 26 (33.33 %) 1 (1.28 %) 48 (61.54 %) 3 (3.85 %)
(nombre de performances, voir la légende en bas de page pour les icônes)

STADE LAVAL

Liste des relais

5e	4x50 Nage Libre Mixtes / Séries	01:54.09	959 pts
6e	4x50 Nage Libre Mixtes / Séries	01:54.31	955 pts
14e	4x50 Nage Libre Mixtes / Séries	02:02.16	832 pts
10e	4x50 4 Nages Mixtes / Séries	02:10.51	950 pts
12e	4x50 4 Nages Mixtes / Séries	02:11.43	938 pts
16e	4x50 4 Nages Mixtes / Séries	02:15.19	890 pts

1. AFANASIEVA Tetiana (2008/15 ans) UKR [3920833]

1ère	200 Nage Libre Dames / Finale A	02:14.40	1062 pts
2e	200 Nage Libre Dames / Séries	02:18.06	1008 pts
3e	400 Nage Libre Dames / Finale A	04:45.52	1035 pts
3e	400 Nage Libre Dames / Séries	04:44.30	1044 pts
2e	800 Nage Libre Dames / Série finale	09:37.99	1056 pts
1ère	1500 Nage Libre Dames / Série finale	18:28.53	1075 pts
8e	100 Papillon Dames / Finale A	01:08.13	1054 pts
3e	100 Papillon Dames / Séries	01:06.33	1103 pts

2. BERSON Jana (2007/16 ans) FRA [1741209]

46e	50 Nage Libre Dames / Séries	00:31.93	830 pts
---	100 Nage Libre Dames / Séries	DNS dec	
23e	200 Nage Libre Dames / Séries	02:32.46	808 pts
14e	4x50 Nage Libre Mixtes / Séries	02:02.16	832 pts

[2e Relayeuse]

NATATION

Infos Utiles



**Attention carte indispensable
à partir du 1^{er} octobre !**



STADE LAVALLOIS
NATATION



BIENVENUE !



Vous souhaitez rejoindre le Stade Lavallois Natation ? Bravo ! très bon choix.
Notre devise est "mon club, ma passion" car vous trouverez chez nous des passionnés de natation et tout l'esprit d'un club de Sport !
Notre association c'est : un club labellisé par la FFN, des entraîneurs diplômés, la possibilité de changer de groupe en cours d'année pour progresser toute la saison, le bonnet du club offert, des stages et des animations organisées toute la saison par une super équipe de bénévoles.

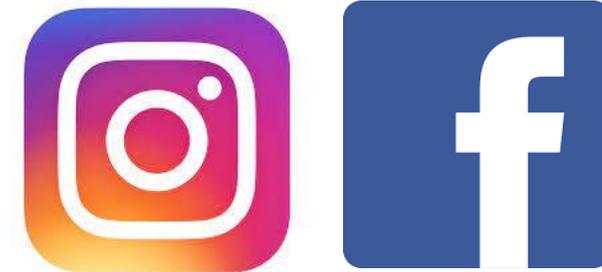


**SAISON
2025 - 2026**

www.stadelavalloisnatation.com
contact@stadelavalloisnatation.com
Tél : 07 49 86 76 05

Le livret de bienvenue

Où trouver toutes les infos ?



www.stadelavalloisnatation.com



Appli : Sports Regions



A la une

Inscriptions : il reste des places !

Vous souhaitez rejoindre le Stade Lavallois Natation ? Bravo ! très bon choix ... Nous faisons des inscriptions toute l'année. Vous pouvez...



Derniers résultats

Aucun résultat à afficher.

Prochains événements [+ d'évènements](#)

27 sept. Réunion de rentrée : toutes les infos !
👥 toute l'association

12 oct. Pré-Saisons BJS départementaux
👥 Benjamins Département, Benjamins



Les Groupes Whatsapp



SLN Groupes Compétitions
Groupe WhatsApp



Le code QR de ce groupe est privé. Si vous le partagez avec quelqu'un, cette personne pourra le scanner avec la caméra de WhatsApp pour rejoindre ce groupe. En savoir plus sur le [partage d'un code QR WhatsApp](#)

[Réinitialiser le code QR](#)



Infos SLN
Groupe WhatsApp



Le code QR de ce groupe est privé. Si vous le partagez avec quelqu'un, cette personne pourra le scanner avec la caméra de WhatsApp pour rejoindre ce groupe. En savoir plus sur le [partage d'un code QR WhatsApp](#)

[Réinitialiser le code QR](#)



Partenaire : Les 4 nages

Code Promo : LAVAL4N2426



Meilleures ventes



Promotions



Nouveautés



Commande groupée : avant ce soir !!

Les projets du Club





Formation Assistants Coachs

Vous pouvez encore rejoindre l'équipe
des encadrants 2025 – 2026 !



Nouveauté Boutique du Club

- Tee-Shirt Orange Sport : **Taille Enfant**
- **Sweat à capuche Noir : Taille Enfant**
- Sweat Gilet Noir : Taille adulte
- Sac cordelette
- Bonnet compétition



LE SWEAT A CAPUCHE

Disponible en commande sur la boutique du club
taille S à XL



Nouveauté Gamme Mö

- Tee-Shirt Mö orange
- Veste Technique Noire à capuche
- Sweat à capuche Noir
- Short noir
- Pantalon noir



SHORTS 3508



100 %

PANTALON 5595



POLYESTER/SPANDEX



POLYESTER/COTON

Le comité départemental propose



Dépot & Vente :
 Samedi 12 octobre
 Pré-saison 2024
 Laval - St Nicolas

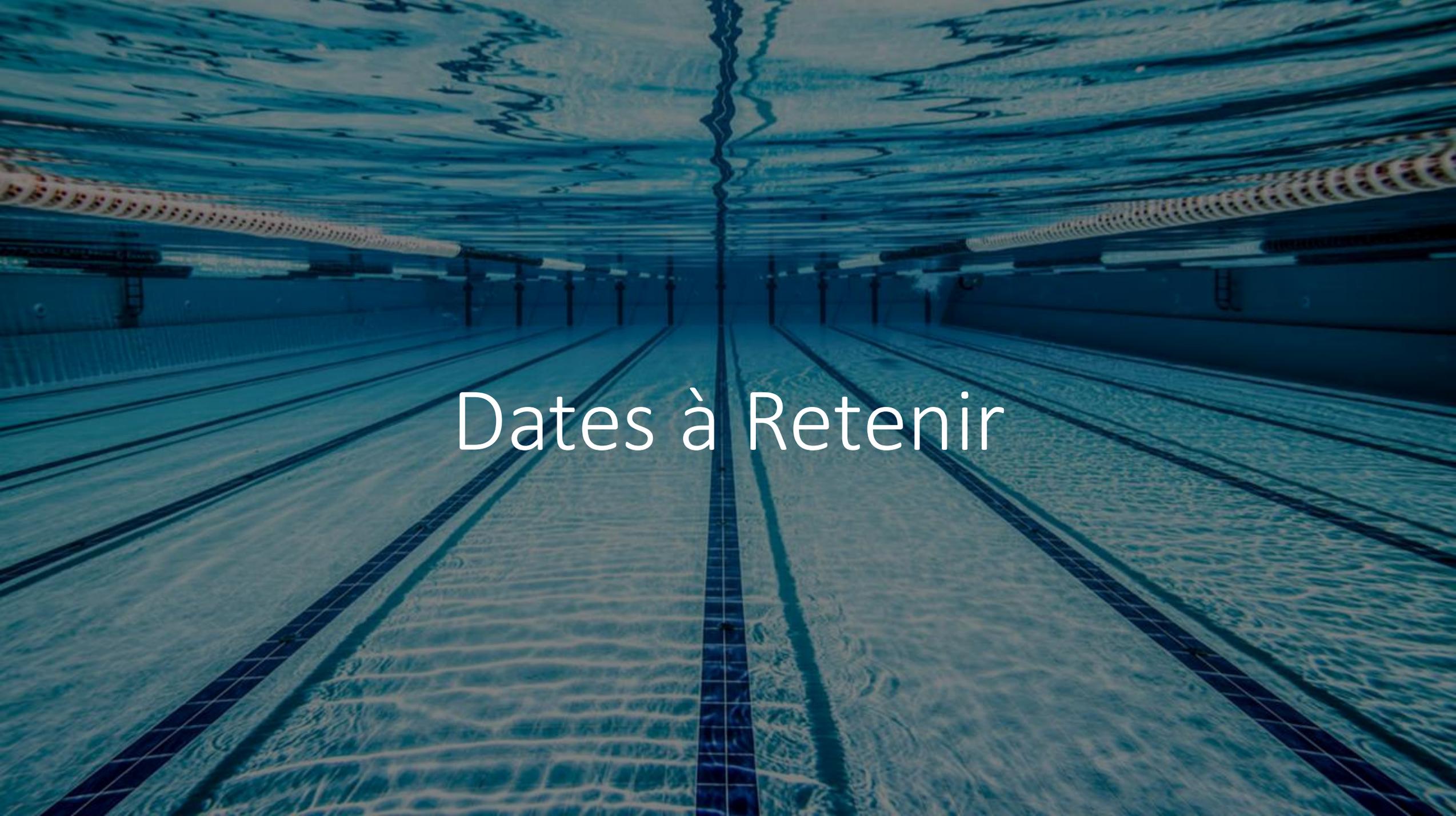


	NATATROC	Nom du vendeur :
	partie conservée par le Club	
L'article doit être présenté dans un emballage individuel transparent dans lequel la fiche de présentation sera glissée		
taille :		marque :
<input type="checkbox"/> lunettes	<input type="checkbox"/> maillot de bain fille (jusqu'au 14 ans)	
<input type="checkbox"/> pince nez	<input type="checkbox"/> maillot de bain garçon (jusqu'au 14 ans)	
<input type="checkbox"/> tuba	<input type="checkbox"/> maillot de bain femme	
<input type="checkbox"/> palmes	<input type="checkbox"/> maillot de bain homme	
<input type="checkbox"/> planche	<input type="checkbox"/> combinaison de compétition femme	
<input type="checkbox"/> plaquettes/gants palmés	<input type="checkbox"/> combinaison de compétition homme	
<input type="checkbox"/> pullboy/pullkick	<input type="checkbox"/> bonnet (les bonnets offerts par le club ne sont pas acceptés)	
<input type="checkbox"/> parachute	<input type="checkbox"/> serviette/poncho	
<input type="checkbox"/> élastique	<input type="checkbox"/> peignoir	
<input type="checkbox"/> chronomètre	<input type="checkbox"/> tongs/claquettes de piscine	
<input type="checkbox"/> sifflet	<input type="checkbox"/> gourde	
<input type="checkbox"/> filet	<input type="checkbox"/> Autre :	
<input type="checkbox"/> sac		
Le club ne modifie pas le prix demandé par le vendeur . Aucune négociation possible, pas de reprise, de remboursement ou d'échange		Prix du vendeur : €
Le club ne peut être tenu responsable de la vente d'un produit détérioré ou non fonctionnel. Les produits proposés sont d'occasion et sont achetés en l'état, le club ne vérifie pas l'état des articles.		



Un meeting du club à réinventer ?



An underwater photograph of a swimming pool, looking down the length of the pool. The water is clear and blue. Lane lines are visible on the pool floor, and a central divider is in the middle. The text "Dates à Retenir" is overlaid in the center.

Dates à Retenir

Organisation
des Pré-saisons
18 & 19
octobre à Laval

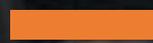


Interclubs le 11 novembre à Laval



Assemblée Générale du Club : vendredi 28 novembre 2025 (date à confirmer)





Le mot de la fin : nous avons besoin de vous !



**Bénévoles
recherchés!**

Comment s'investir dans le club ?

Niveau 1

- Bénévole ou officiel sur les évènements
- Par ½ journée selon le calendrier

Niveau 2

- Bénévole Vestiaire école de natation / encadrants
- Chaque semaine pendant les périodes scolaires

Niveau 3

- Membre actif de l'équipe SLN
- Missions pour le club

Niveau 4

- Membre du bureau
- Participe à la gestion du club

Et très concrètement ?

Niveau 3

- Responsable de la boutique
- Equipe d'organisation évènements (ex : le meeting)
- Responsable partenariat

Une équipe du bureau à compléter !

Niveau 4



- Anne-Gaëlle : Présidente
- Bérengère : vice- présidente
- Thierry : Trésorier
- Christèle : secrétaire
- Caroline : secrétaire adjointe
- Philippe : responsable des officiels

Christophe et Anthony qui quittent leurs fonctions à la prochaine AG



Merci !



