

Entente Nautique d'Aix-les-Bains Aviron

Depuis 1882

22 avenue Daniel Rops – 73100 AIX-LES-BAINS - avironaix@gmail.com – www.avironaix.fr

3^{ème} club français d'aviron 2019

POINT PRESSE MENSUEL du 01/02/20

Pôle Performance

Entraîneurs : Adrien CONSTANTINI, Eric BAUDINO
Athlètes Juniors et Seniors

BILAN DE PERIODE du 01/01/20 au 31/01/20

Bilan et activité du dernier mois par Adrien CONSTANTINI :

« L'objectif de ce mois de Janvier était pour nous de finaliser les « compositions » d'équipage des bateaux qui se présenteront aux Chpt de France Bateaux Courts (sélection nationale équipe de France), se déroulant début Avril.

Pour se faire, nous nous sommes appuyés sur les observations faites lors de différents essais réalisés à l'entraînement durant tout le mois, ainsi que sur une « pige » (course en ligne en conditions réelles) réalisée à Aiguebelette, sur la base départementale de Savoie.

Les sélections se faisant soit par paire soit en individuel, il nous fallait déterminer quels étaient les rameurs étant les plus à même de partir en solo ou avec un coéquipier, mais surtout avec qui. Là est l'enjeu, surtout avec un groupe aussi étoffé que le nôtre, une trentaine de rameurs en compétition. »

Principaux résultats des athlètes : pas de résultats

Le mot du coach, Adrien CONSTANTINI :

« Ce mois de Janvier fut fructueux pour l'ensemble du groupe. Tous les rameurs sont au clair sur leur projet perso pour aborder les sélections nationales dans les meilleures conditions possible. Ce qui permet également de redonner un coup de fouet à la motivation générale du groupe en cette période hivernale pas toujours évidente à encaisser pour un sport d'extérieur comme l'aviron. En parlant de conditions, le lac du Bourget, connu pour sa navigation « difficile », nous aura offert un merveilleux mois de Janvier, nous permettant d'encaisser un gros volume d'entraînement et de kilomètres en bateau.

Bonne dynamique de groupe qu'il faut garder sur le prochain mois et tout au long de l'année ! »

Contacts Presse

PRESIDENT > Stéphane BICHET – bichet.stephane@gmail.com – 06 10 89 63 01

VICE-PRESIDENT > Thibaut PAULIN – tpaulin.avironaix@gmail.com – 06 10 11 90 81



Entente Nautique d'Aix-les-Bains Aviron

Depuis 1882

22 avenue Daniel Rops – 73100 AIX-LES-BAINS - avironaix@gmail.com – www.avironaix.fr

3^{ème} club français d'aviron 2019

PROJECTION DE PERIODE du 01/02/2020 au 01/03/2020

Calendrier du mois à venir (Stages, compétitions, tests, échéances,...) :

« Sur le mois de Février nous retrouverons le traditionnel test à l'ergomètre, le 8 précisément. Une partie du groupe (une dizaine) se verra invitée à le réaliser lors des Chpt du Monde aviron idoor à Paris, passage obligatoire dans le chemin de sélection de la Fédération. Tandis que l'autre partie fera ce test à la maison, au club. Il s'agit d'un contrôle sur l'état physique des rameurs pour y observer d'éventuelles progressions qui confirmeraient les axes de travail physique vus à l'entraînement. L'objectif est de réaliser le meilleur chrono possible sur une distance donnée (distance officielle 2000m) et donc, de signer son record personnel.

Suite à cela, la fédération se verra envoyer des convocations en stage national hivernal sur une période de 2 semaines lors des vacances scolaires. Nous avons bon espoir de compter au moins une dizaine de sélectionnés, quasiment le même nombre qu'au précédent stage de Décembre. »

L'athlète du mois



Nom, prénom, catégorie, scolarité, palmarès :

Baptiste SAVAËTE, Senior Homme Poids Léger, DUT Technique commercialisation en sport/étude, 7^e de la Coupe d'Europe en 2017, 7^e aux Chpt du monde 2018

Anecdote sur l'athlète : Baptiste est le vainqueur de la « pige » réalisée ce mois-ci à Aiguebelette, en individuel, de bon augure pour la suite de la saison !

Ambition pour cette saison : Se placer aux sélections nationales et intégrer le quatre de couple poids léger de l'équipe de France lors des prochains Chpt du Monde à Bled en août.

Contacts Presse

PRESIDENT > Stéphane BICHET – bichet.stephane@gmail.com – 06 10 89 63 01

VICE-PRESIDENT > Thibaut PAULIN – tpaulin.avironaix@gmail.com – 06 10 11 90 81



Entente Nautique d'Aix-les-Bains Aviron

Depuis 1882

22 avenue Daniel Rops – 73100 AIX-LES-BAINS - avironaix@gmail.com – www.avironaix.fr

3^{ème} club français d'aviron 2019

Pôle Jeunes

Entraîneurs : Clémence GONON, Valentin VIAL
Athlètes Benjamins, Minimes, Cadets

BILAN DE PERIODE du 01/01/20 au 31/01/20

Bilan et activité du mois par Clémence GONON et Valentin VIAL :

Période de préparation : travail foncier et d'apprentissage gestuel.

Principaux résultats du groupe :

- Tête de Rivière de Décines en 8x+ et 4x+ pour les J12, J13 et J14 (3000 m) et en 1x et 2- pour les J15 et J16 (4000 m) : 9 podiums dont 5 victoires.
- Sélection pour la Régate Interdépartementale de Marignane J13 - J14 (2 février) par le Comité de Savoie d'Aviron pour l'équipe du CD73 : 19 sélectionné(es) (7 filles et 12 garçons).

PROJECTION DE PERIODE du 01/02/2020 au 01/03/2020

Calendrier du mois à venir (Stages, compétitions, tests, échéances, ...) :

- 2 Février : Régate Interdépartementale de Marignane J13 – J14 avec le Comité de Savoie d'Aviron.
- Test Ergo au club pour les catégories J13 à J16 : évaluation individuelle des qualités physiques pour valider le travail hivernal.

Le mot des coachs :

« Nous sommes sur une bonne dynamique. Le groupe est volontaire car animé par de grandes ambitions pour la période de compétitions. Malgré les conditions peu favorables à la pratique (froid principalement), les jeunes restent assidus et motivés car ils savent que tout ce travail portera ses fruits pour les compétitions. »

Contacts Presse

PRESIDENT > Stéphane BICHET – bichet.stephane@gmail.com – 06 10 89 63 01

VICE-PRESIDENT > Thibaut PAULIN – tpaulin.avironaix@gmail.com – 06 10 11 90 81



Entente Nautique d'Aix-les-Bains Aviron

Depuis 1882

22 avenue Daniel Rops – 73100 AIX-LES-BAINS - avironaix@gmail.com – www.avironaix.fr

3^{ème} club français d'aviron 2019

L'athlète du mois



Nom, prénom, catégorie, scolarité, palmarès :

GAUDILLERE Arthur, J15, scolarisé à domicile au CNED
- Médaillé de bronze au championnat de zone Sud Est en skiff en juin 2019
- Champion de Ligue Auvergne Rhône Alpes en skiff en mai 2019

Anecdote sur l'athlète :

Arrivé du club d'Evian à la rentrée dernière, Arthur a rejoint l'ENAA pour intégrer un groupe où la densité comme la qualité de membres du groupe J15 – J16 pourrait lui permettre d'atteindre ses objectifs personnels.

Ambition pour cette saison :

Arthur souhaiterait devenir champion de France J16 cette saison et à terme intégrer l'équipe de France J17 – J18 dans deux ans.

Contacts Presse

PRESIDENT > Stéphane BICHET – bichet.stephane@gmail.com – 06 10 89 63 01

VICE-PRESIDENT > Thibaut PAULIN – tpaulin.avironaix@gmail.com – 06 10 11 90 81

