

# PLAN DE PERFORMANCE FÉDÉRAL

## CENTRE D'ACCESSION ET DE FORMATION DE MARTINIQUE (CAF)

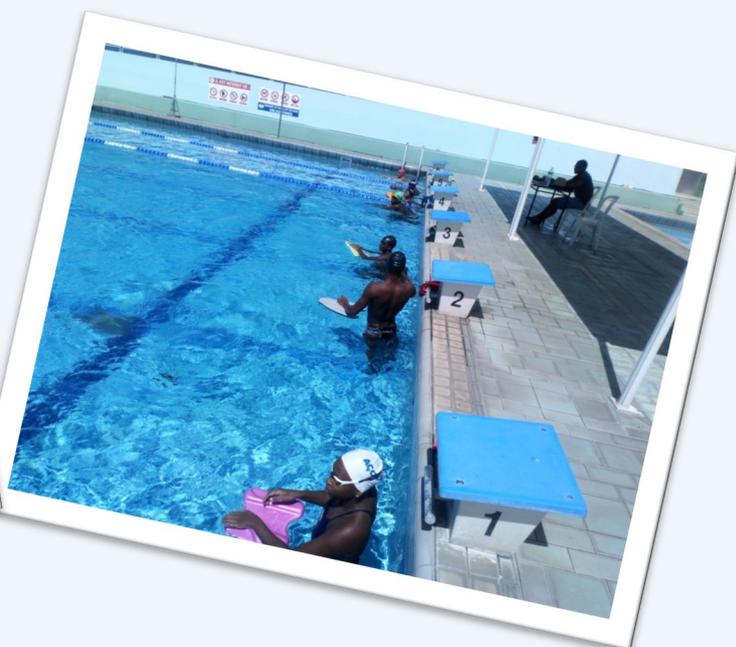
POUR RÉUSSIR SON DOUBLE PROJET LE CAF DE MARTINIQUE PROPOSE AUX NAGEURS INSCRITS

UNE ORGANISATION

- Pour la performance et l'accès au haut niveau
- Pour la réussite scolaire

UNE STRUCTURE

- Une structure labellisée du plan de performance Fédéral de la FFN



# LE CAF DE MARTINIQUE C'EST

## DES ÉQUIPEMENTS DE QUALITÉ ET DISPONIBLES POUR LE HAUT NIVEAU

- Bassin de 50 m – 6 lignes, piscine Jean BALLY du Carbet
- Bassin de 25 m ou 50 m le samedi au C.A.C. (Centre Aquatique Communautaire de la CACEM – Lamentin)
- Salle de musculation, piscine Jean BALLY du Carbet
- Une piste de course à pied à côté de la piscine
- Mer et plage à proximité
- Salle de musculation au lycée Nord Caraïbe (Bellefontaine)

## DES ENTRAÎNEMENTS

- Entre 16 à 22 heures dans l'eau du lundi après-midi au samedi après-midi en période scolaire soit 2 fois par jour, 6 jours par semaine maximum
- Des stages pendant les vacances scolaires en internat ou demi-pension
- Un entraîneur dédié pour 8 nageurs au maximum

## UN ACCOMPAGNEMENT ET UN SUIVI

- Suivi médical
- Suivi kiné hebdomadaire
- Bilan ostéopathique
- Bilan nutritionnel
- Préparation mentale et estime de soi en ateliers
- Accompagnement individualisé et collectif par la responsable haut niveau de la DJSCS

## UN ENCADREMENT SCOLAIRE

- Au lycée Nord Caraïbes de Bellefontaine, petit établissement d'élèves
- Horaires aménagés
- Rattrapage des cours par les professeurs du lycée
- Soutien scolaire spécifique en mathématiques

## UN INTERNAT SPORTIF

- Lycée Nord Caraïbe de Bellefontaine ouvert du lundi au vendredi midi
- Internat propre, environnement calme, chambres individuelles
- Espace réservé aux nageurs du CAF
- Règlement spécifique pour les nageurs du CAF
- Collation et goûter complémentaires après les entraînements du matin et de l'après-midi

## DES AVANTAGES

- Transport lycée-piscine matin et après-midi en minibus de la ligue
- Aides aux familles
  - ◆ Prise en charge importante par la LNM des frais de fonctionnement du CAF
  - ◆ Stages extérieurs : Participation financière de la LNM – du club d'appartenance – des parents
  - ◆ Compétitions locales : Prise en charge financière du club d'appartenance
  - ◆ Compétitions nationales : encadrement entraîneur CAF, participation financière LNM