

Coupe des Départements Annonay 15 et 16 juin 2024

Sélection Benjamins(es): 2 équipes de 10 : une Fille et une Garçon ainsi que 4 remplaçants

Chef de Délégation : M-Christine Gaidioz

Entraîneurs : Alicia Eruber et Hugo Lardeux

Le départ s'est effectué à la piscine des Fins à 9h vendredi 14 juin. Arrêt à Chambéry pour récupérer la délégation de Savoie qui fait tout le déplacement avec nous direction Annonay. Pique nique sur le parvis de la piscine d'Annonay, distributions des tenues avant d'aller s'échauffer.

Première réunion après le défilé des délégations.



Et c'est parti pour un 10X50NI pour faire monter l'ambiance puis les épreuves individuelles : 200 4N M, 400 4N D, 200P M, 50B D et M, 200P D, 200D D et M, 400NI M, 200NI D avant de terminer par le 4X50 4N D et M.



Après l'effort c'est le moment de retrouver notre hébergement, prendre notre repas et résoudre le problème du pain pour le petit déjeuner du lendemain matin. Encore merci au groupe de cyclistes...

Installation dans les chambres après avoir fait la chasse aux petites araignées et fait les lits.

Extinction des feux vers 22H.

Lendemain réveil aux aurores 6h30 et petit déjeuner. Ayant résolu le problème du pain la veille, nous étions sereins mais oh surprise, local fermé.

Après avoir réveillé le gardien pour nous ouvrir la salle eh bien il a fallu servir tout le monde !!

Après cet épisode, chargement des sacs, vérification des chambres et direct à l'eau pour un échauffement prévu à 7h30.

Après l'échauffement, place à l'entrée du jury attendu et applaudi par les délégations. Puis début des épreuves du dimanche matin :

10X100NI, 200 4N D, 400 4N M, 50P, 200B, 50D, 400NI D, 200NI M avant de terminer par les relais 4X100 4N.



Les filles très à l'écoute de Hugo, l'entraîneur.

Chaude ambiance autour du bassin, quelques acouphènes pour le jury au moment des relais, mais une très belle épreuve et une belle prestation de nos équipes dans un très bon état d'esprit.

Le relais garçons prêt à en découdre !



Au classement final, la Haute-Savoie termine 4eme chez les filles et 4eme chez les garçons.

Après la dégustation de notre panier pique-nique, retour direction les Savoie pour une arrivée à Annecy vers 17h00.

Des étoiles pleins les yeux et de beaux souvenirs pour cette sélection Benjamins 2024 !

Merci aux deux entraîneurs et vivement l'an prochain !!

