

ADOpte LE PROFIL
DES VOLONTAIRES

NATATION

MIXTE



VOLONTAIRES
SHERBROOKE

PLONGE DANS TA PASSION ET OPTIMISE TA FORME

- ☆ **Entraîneurs de haut niveau**
- ☆ **Encadrement de pointe**
- ☆ **Accompagnement pédagogique individuel**



ENTRAÎNEMENTS

PAR SEMAINE

3 entraînements en piscine
2 séances de préparation physique



SAISON

SEPTEMBRE À AOÛT

3 compétitions au total
2 championnats



ENTRAÎNEUR-CHEF

Nicolas Trépanier

Ancien athlète
Expérience considérable
à titre d'entraîneur



OBJECTIF

Créer un environnement
de développement athlétique
accessible et efficace



VOLONTAIRES
SHERBROOKE NATATION

[cegepssherbrooke](#)

[sherbrookevolontaires7057](#)