

Les JSA natation s'entraînent à Arnage



Les jeunes de la section natation des JSA d'Allonnes ont profité d'une après-midi à la Gèmerie.

PHOTO : LE MAINE LIBRE

Mercredi à la Gèmerie, c'était le premier jour des activités proposées par l'Agag (Association de gestion et d'animation de la Gèmerie) : 20 nageurs de la section natation des JSA d'Allonnes en ont profité, accompagnés de Rafaël, un de leurs encadrants. « L'activité a été proposée par David Vaupré, leur coach, afin de leur permettre de continuer les entraînements aquatiques, comme la pratique en eau libre, et aussi travailler la cohésion d'équipe » explique Rafaël.

Le groupe, scindé en deux, a alter-

né entre tir à l'arc avec Vincent, animateur diplômé d'État, et kayak (à l'autre bout du lac pour ne pas gêner les évolutions des jeunes en stage de voile, ni celle de la faucardeuse à l'œuvre) avec Lucas. Ce dernier leur avait concocté une séance en phase avec leur discipline : « Ils ont dû par exemple apprendre à bien vider leur kayak, c'est important pour bien évoluer avec sur l'eau, à monter dessus quand ils sont à l'eau aussi. C'est une initiation de sécurité ».