

## Rapport Kids Ligua Classes – seconde session

Avec l'aide du club point d'appui Genève natation 1885, nous avons suivi le nouveau concept de la Kids Ligua conçu par Swiss Aquatics.

La région romande a ouvert cette classe aux nageuses J4 (10 ans et plus jeunes) ayant effectué le championnat romand des clubs (CRC). Aux vues du nombre d'inscriptions reçues, nous avons ouvert à d'autres clubs.

Cette seconde session s'est déroulée le dimanche 15 juin 25, à la piscine de Chandieu sur Genève.

### **Les intervenants étaient :**

Ariane Jardin (principale)

Linda Komoni (Yoga)

Diana du GN 1885 (secondée pour la natation et l'expression musicale)

Le nombre de nageuses s'élevait à 12, venant des clubs de Fribourg Natation, Genève Natation 1885, Meyrin Natation, Red-Fish Neuchâtel.

L'entraîneur de Fribourg Natation était présente (Giulia Bernardini) que nous avons mis à contribution pour filmer, prendre des photos et nous.

Les nageuses ont été très enchantées, ont reçu comme cadeau un bonnet de bain de la région romande.

Nous avons effectué la remise des diplômes dehors sous le préau juste au moment de l'orage.

### **Programme :**

- 30 minutes de Yoga
- 1h30 de natation (natation, pagayage, eggbeat, side kicks, longueurs de synchro)
  - o Les nageuses ont pu travailler par 2 et inventer une toute petite chorégraphie avec des données précises que nous avons travaillées avant. Elles ont été très enchantées.
  - o Au bout d'une heure, certaines commençait à avoir froid, nous les avons fait sortir et monter 2 petits ballets. Ce qui a permis de les remotiver. Elles ont été toutes contentes.
- Repas sous le soleil
- 30 à 45 minutes environ (expression musicale).

### **Conclusion :**

Toutes les nageuses et entraîneurs ont été contentes. Les parents ont trouvé que le concept était bénéfique et qu'ils seraient présents pour la saison prochaine.

Ainsi fait, le 15 juin 25

Ariane Jardin  
Directrice technique RSR  
Natation Artistique