

## **Aviron du Trieux. Une formation compétition**



Un programme de formation graduel pour les compétiteurs qui vont démarrer la saison sportive et un programme adapté à l'endurance nécessaire pour les randonneurs au long cours car la saison des grandes randonnées va commencer avec le printemps.

### **La randonnée autour de Bréhat labellisée**

Le président, Daniel Hallot, a indiqué que la randonnée organisée en 2015, autour de Bréhat et sur le Trieux, a reçu la labellisation de la Fédération française d'aviron donnant à cette manifestation une dimension nationale, voire internationale...

Les inscriptions étant ouvertes pour le millésime 2016, des 11 et 12 juin, déjà dix bateaux sont pré-inscrits, soit cinquante rameurs.

« Il n'y aura pas de place pour tout le monde à ce rythme-là », a insisté le président.

Dimanche, ce dernier a fait venir Karine Grouazel, cadre technique du Comité départemental, afin d'évaluer le niveau de chacun et de prodiguer ses conseils. Une attention particulière a été portée aux jeunes qui se destinent à la compétition et, pour parfaire leur formation, un programme de stages a été décidé.

### **Pratiquer sérieusement sans se prendre au sérieux**

Au débriefing, la conclusion de l'entraîneur a été claire, elle a constaté que le niveau du club était bon et que l'ambiance entre les membres était remarquable, ce qui rendait l'effort sportif moins difficile. Pratiquer sérieusement sans se prendre au sérieux, telle pourrait être la devise de ce club de loisirs avant tout. Il n'existe que grâce à l'addition des compétences de ses membres et à l'amitié qu'ils ont à cœur de préserver.

Pratique Contact : [avirondutrieux@orange.fr](mailto:avirondutrieux@orange.fr)

site : [avirondutrieux.jimdo.com](http://avirondutrieux.jimdo.com)