



RECETTE POUR REUSSIR LES INTERCLUBS REGIONNAUX DE NATATION

Vous prenez 10 filles bien entraînées :

Sarah VAISSE : du pôle espoir natation

Anne sophie SAUVAGEOT : du pôle France jeunes de pentathlon moderne

Sandra DOMINGUEZ : du pôle France jeunes de pentathlon moderne

Marine RIFF : de la section sportive natation/pentathlon

Lily DUNYACH : de la section sportive natation : pentathlon

Clémence SAUVAGEOT : de la section sportive natation/pentathlon

Emma ARDID : de la section sportive natation/pentathlon

Marion MARTINEZ : entraîneur au club de natation

Florence SINEKAVE VANSURA : Etudiante STAPS

Alizé BENOIT : Etudiante STAPS

Vous laissez mijoter pendant 2 jours dans la bouillante piscine Antigone de Montpellier

Vous faites nager le tout sous la direction des chefs Anne RIFF Guillaume BAIXAS

Et vous obtenez au bout de 15 épreuves une magnifique 8^{ème} place parmi les équipes du Languedoc Roussillon à consommer l'année prochaine au même endroit.

Le secret de la réussite.....une mascote **Lézignanaise**
et**un grain de folie**

