

A vos marques !!!!!

Le Journal mensuel d'Aix Natation Course Numéro 02– Octobre 2010
(A lire sans modération)

L'édito du Président de la section.

Fini les corvées administratives !



Octobre c'est le mois :

- des inscriptions (et oui il faut courir après les photos, les timbres, le certificat médical...)
- de récupérer son équipement chez DECATHLON (il faut encore courir le Mercredi ou le Samedi...)
- de mettre en place son organisation en fonction des entrainements, de l'emploi du temps scolaire (on change de braquet, 'les taxis parents s'organisent !)
- de l'assemblée générale de la section (là c'est le bureau qui court !)

- du budget prévisionnel (courir après les subventions....)

- et sportivement d'intensifier le travail de fond (et oui cela commence à faire mal aux jambes et aux bras !)

Bref un mois d'athlète, avec des sprints et des sauts de haies.

Nous avons toutes et tous surmonté avec brio ces diverses épreuves et voilà maintenant nos nageuses et nageurs prêts à se confronter aux chronomètres pendant les premières compétitions.

Deux brèves de dernière minute :

- saison 2009-2010 :

* classement national : 87^{ème} club sur 1280

* classement régional : 2^{ème} sur 57

- nombre de licenciés saison 2010-2011 : 220 soit +30% par rapport à l'année dernière

Notre saison commence bien, les objectifs individuels et collectifs sont clairs donc il n'y a plus qu'à...

Sportivement votre,

Thierry DURAND

SOMMAIRE

Edito	page 1
Carnet de liaison	page 2 à 4
Le coin des entraîneurs	page 5
Le coin des nageurs	page 6 à 11
A vos agendas	page 12
Le « swim tribune » aixois	page 13 à 14
Le « swim tribune » international	page 15
Page détente	page 16

L'adage du mois !

Soit tu aimes te faire battre, soit tu bosses à l'entraînement.

Bob BOWMAN (entraîneur de Mickael PHELPS)

A méditer

Carnet de liaison ...

Compte-rendu de l'assemblée générale du 06 octobre 2010

Date : 06 octobre 2010 à 19h00

Lieu : Gradins de la piscine Yves blanc

Quitus moral : le président par intérim Thierry DURAND présente le rapport d'activité de l'année 2009-2010 ; le quitus moral est accordé par l'assemblée à l'unanimité des présents à main levée.

Quitus financier : le président par intérim Thierry DURAND présente le rapport financier de l'année 2009-2010 qui reprend les données analytiques des comptes de l'exercice 2009-2010 de l'association ; budget de 116000€ qui se termine à l'équilibre ; le quitus financier est accordé par l'assemblée à l'unanimité des présents à main levée.

Budget prévisionnel : le président par intérim Thierry DURAND présente le budget prévisionnel de la section pour l'année 2010-2011 ; Le budget est en légère hausse car les premières recettes sont les droits d'inscriptions (prévus en augmentation de 30% pour cette année), les subventions des collectivités sont stables et nous espérons une augmentation des recettes sponsors et mécénats. Nous prévoyons un budget à l'équilibre. Le budget prévisionnel est approuvé par l'assemblée à l'unanimité des présents à main levée.

Election du bureau & des représentants des nageurs : Ont été élus par l'assemblée à l'unanimité des présents à main levée

LE BUREAU

PRESIDENT : Thierry DURAND, 43 ans, Directeur des ventes, officiel C, master, 2 enfants nageurs

TRESORIER : Christian GUILLEMIN, 55 ans, Retraité EDF, officiel A

Suppléant : Carole BOULET, 42 ans, La poste, 2 enfants nageurs

SECRETAIRE : Alain REMY, 32 ans, Directeur des ressources humaines, master

Suppléant : Hélène DUSSAUGE, 36 ans, Pharmacienne, officiel C, 2 enfants nageurs



Thierry DURAND



Christian
GUILLEMIN



Carole BOULET



Alain REMY



Hélène
DUSSAUGE

Carnet de liaison ""

Compte-rendu de l'assemblée générale du 06 octobre 2010 (suite)

REPRESENTANT DES NAGEURS

Frédéric CHEVALLOT, officiel C, master



Point divers :


Remise des récompenses de la saison dernière par Eric GRAILLE .

- Projet sportif : Présentation par l'entraîneur principal Fanny LECLERCQ.
- Règlement intérieur : Rappel par Thierry DURAND de son existence et des points importants ; disponible sur le site du club et affiché au bureau.
- Charte du nageur : Présentation par Thierry DURAND de la charte qui sera signée courant Octobre/Novembre entre les nageurs/parents et entraîneurs/président de la section NC. C'est un engagement du nageur envers le club et réciproquement.
- Horaires d'entraînements : explication par Fanny LECLERCQ des modifications. Voir sur le site internet.
- Compétitions : Présentation par Fanny LECLERCQ du calendrier départemental, régional et national. Disponible sur le site internet.
- Stages : Il y aura un stage en Février, sûrement la première semaine des vacances. Lieu à définir.
- Le journal à vos marques : Présentation par Hélène DUSSAUGE de l'éditorial et appel à candidature.
- Mécénat / sponsors : Renseignements, Dons... merci de nous écrire à avosmarquesaixnatation@orange.fr
- Officiels : La région nous a appliqué l'année dernière des amendes pour non présence d'officiels aux compétitions

La séance est levée à 20h00.

Informations générales

 Pour le bon fonctionnement du journal (notamment pour le classement des nageurs les plus assidus), pourriez-vous nous envoyer à l'adresse mail suivante : avosmarquesaixnatation@orange.fr une photo individuelle récente. Merci par avance.

 Vous trouverez sur le site Internet (http://www.aix-natation.com/sport4_natation-course.shtml) du club toutes les informations utiles comme les horaires d'entraînements, fermeture éventuelle de piscine, les dates des compétitions et leurs résultats, les convocations ... Vous pouvez aussi accéder à la boutique du club en ligne pour acheter du matériel, textile, accessoires... n'hésitez pas à vous connecter !



Carnet de liaison ""

- Sachez également que les adhérents d'Aix Natation bénéficient d'une remise de 20% sur les articles ARENA en vente au rayon Natation du magasin Décathlon Les Milles.

Pour cela, il suffit de présenter votre carte d'adhérent Aix Natation lors de votre passage en caisse.

- Merci à nos principaux sponsors :

Partenaires collectivités locales



Partenaires ou mécènes premiers



Le coin des Entraîneurs !!!

Le TOP des plus assidus

Le classement tient compte du nombre d'entraînements effectués dans le mois et de critères propres à chaque entraîneur.

Groupe Pré-compétition



Killian
MARQUER



Rémy VEDOVA

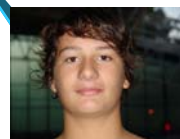


Ethan BARRIOL



Mathilde
MICHEL

Groupe Avenir



Guillaume COURNON



Camille JULIEN

Groupe Jeunes



Gabriel DUVAL



Denis DUVAL



Eva DUSSAUGE



Julia DUSSAUGE



Paul LARROQUE

Groupe Perfectionnement



Rémy MAZOYER



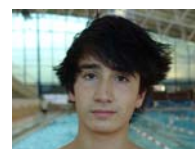
Antoine SERY



Loïs DUPONT



Alice SYMONDS



Filippo GIRUZZI



Agathe VERRO

Groupe Espoirs 1



Frédéric
CHEVALLOT



Thomas
SYMONDS



Didier PADOVANI



Alain REMY



Jean-Christophe
KUNZ



Sylvaine
MOLINARO



Didier
CORNILLE

Groupe Masters

P'tites remarques ...de Fanny :



Le nageur qui a toujours une excuse (bonne et vraie) pour ne pas venir ou pour arriver en retard : ANTOINE Jérémie et GAUTIER Maxime



Le nageur qui n'a toujours pas son matériel et toujours une bonne excuse pour ne pas l'avoir : VITELLO Alexandre et SYMONDS Thomas. Pour Thomas, l'autre soir pour un exercice demandant palmes, tuba et petites plaquettes, je cite "J'ai tout mon matériel... sauf les plaquettes et les palmes!"

Le coin des Nageurs !!!

PHOTOS DE GROUPES: 1ère partie

Les groupes ne sont pas complets, tous les nageurs n'étant pas présents le jour où nous sommes venus les photographier. Les autres groupes figureront dans le prochain numéro.



Groupe Pré-compétition

Entraîneur : Eric GRAILLE

Groupe Jeunes

Entraîneur : Eric GRAILLE



Le coin des Nageurs !!!



Groupe Avenir

Entraîneur : Benjamin BOURGUET

Groupe Espoirs 2

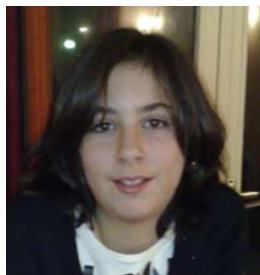
Entraîneur : Fanny LECLERCQ



Le coin des Nageurs III

L'interview des Nageurs du mois...

Loïs
DUPONT



Le p'tit mot de l'entraîneur :

Pour le groupe **Perfectionnement**, Eric a désigné Loïs, car c'est une nageuse assidue et sérieuse.

➤ *Quel est ton âge ?*

J'ai 13 ans (1997).

➤ *En quelle classe es-tu ?*

Je suis en 4ème au collège du Sacré-Cœur.

➤ *En 3 mots, comment te définirais-tu ?*

Je ne sais pas vraiment comment me définir, je dirais que je suis persévérante et volontaire mais des fois je suis un peu dissipée.

➤ *A quel âge as-tu commencé la natation et qu'est-ce qui te plaît dans ce sport ?*

J'ai commencé la natation à l'âge de 6 ans environ mais j'ai arrêté et j'ai repris il y a 2 ans. Ce qui me plaît dans ce sport est de nager, de m'améliorer et de faire des compétitions

➤ *Quelles sont les nages que tu préfères et tes meilleures performances ?*

Les nages que je préfère sont le crawl et le papillon. Mes meilleures performances, je n'en ai pas vraiment car j'ai fait ma première compétition le 17 octobre où j'ai fait 37"40 au 50 ml sans savoir comment ça se passait.

➤ *Quels sont tes objectifs pour cette année ?*

Mes objectifs pour cette année sont d'améliorer mon temps et de me donner à fond surtout dans les compétitions et voir pour d'autres distances.

➤ *Message perso*

J'aimerais remercier mes entraîneurs Eric et Benjamin car cette année je me suis vraiment améliorée et ce n'est que le début de l'année.

Nicolas
BARS



Le p'tit mot de l'entraîneur :

Pour le groupe **Avenir**, Benjamin a désigné Nicolas pour sa régularité aux entraînements.

➤ *Quel est ton âge ?*

J'ai 12 ans (1998).

➤ *En quelle classe es-tu ?*

Je suis en 5ème.

➤ *En 3 mots, comment te définirais-tu ?*

J'ai assez bon caractère, je suis régulier aux entraînements et je suis très « grognon » le matin.

➤ *A quel âge as-tu commencé la natation et qu'est-ce qui te plaît dans ce sport ?*

J'ai commencé la natation à environ l'âge de 4 / 5 ans. J'aime être dans l'eau, nager, les compétitions et y faire des résultats et gagner le plus possible.

➤ *Quelles sont les nages que tu préfères et tes meilleures performances ?*

Le crawl et ma meilleure performance est de 36"21 au 50 mètres.

➤ *Quels sont tes objectifs pour cette année ?*

Améliorer mon temps au 100m crawl surtout et m'améliorer en papillon.

➤ *Message perso*

Il faut être assidu aux entraînements : c'est la règle et bien suivre les conseils pour s'améliorer.

Le coin des Nageurs !!!

Killian
MARQUER



Le p'tit mot de l'entraîneur :

Pour le groupe **Pré-Compétition**, Eric a désigné Killian, en effet c'est une nageuse très assidue, motivée et prometteuse.

➤ **Quel est ton âge ?**

J'ai 9 ans (2001).

➤ **En quelle classe es-tu ?**

Je suis en CM1.

➤ **En 3 mots, comment te définirais-tu ?**

Sportive, joyeuse et sensible.

➤ **A quel âge as-tu commencé la natation et qu'est-ce qui te plaît dans ce sport ?**

J'ai commencé la natation à environ l'âge de 6 ans, j'aime nager en particulier le crawl.

➤ **Quelles sont les nages que tu préfères et tes meilleures performances ?**

Le crawl mais je n'ai pas de temps car je n'ai pas encore fait de compétitions

➤ **Quels sont tes objectifs pour cette année ?**

Améliorer ma technique de nage

➤ **Message perso**

Aucun.

Clément
SECCHI



Le p'tit mot de l'entraîneur :

Pour le groupe **Jeunes**, Eric a désigné Clément, car c'est un nageur régulier, motivé et sérieux.

➤ **Quel est ton âge ?**

J'ai 10 ans (2000).

➤ **En quelle classe es-tu ?**

Je suis en 6ème.

➤ **En 3 mots, comment te définirais-tu ?**

J'aime le sport, je m'énerve vite et je suis rigolo.

➤ **A quel âge as-tu commencé la natation et qu'est-ce qui te plaît dans ce sport ?**

J'ai commencé la natation à l'âge de 6 ans, j'aime la vitesse, l'eau, nager et retrouver mes copains.

➤ **Quelles sont les nages que tu préfères et tes meilleures performances ?**

Le papillon et le crawl et ma meilleure performance en crawl est 36" au 50 mètres je crois

➤ **Quels sont tes objectifs pour cette année ?**

Au 50 mètres crawl, faire 34" et m'améliorer dans les autres nages surtout en brasse !!

➤ **Message perso**

Aucun.

Le p'tit mot de l'entraîneur :

Pour le groupe **Avenir**, Benjamin a désigné Etienne pour sa régularité.

➤ **Quel est ton âge ?**

J'ai 12 ans (1998).

➤ **En quelle classe es-tu ?**

Je suis en 5ème.

➤ **En 3 mots, comment te définirais-tu ?**

Curieux et motivé (il n'a pas trouvé le 3ème !).

➤ **A quel âge as-tu commencé la natation et qu'est-ce qui te plaît dans ce sport ?**

Etienne
LASNEL



J'ai commencé la natation à l'âge de 5 ans, j'aime nager, l'ambiance et voir les copains

➤ **Quelles sont les nages que tu préfères et tes meilleures performances ?**

Je préfère le dos mais mes meilleures perfs sont sur le 800m crawl avec 11'19"

➤ **Quels sont tes objectifs pour cette année ?**

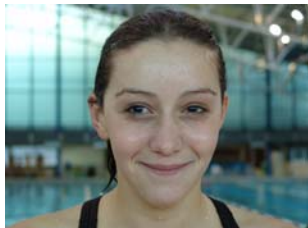
En fin de saison, faire au 100m crawl 1'07", au 200 dos 2'30" et au 800 crawl moins de 10'29".

➤ **Message perso**

Yago, continue à bien nager !!!!!!!!!!!!!!!

Le coin des Nageurs IIII

Camille
BIANCONE



Le p'tit mot de l'entraîneur :

Pour le groupe **Espoirs 2**, Fanny a désigné Camille car elle est dans l'ensemble sérieuse, MEME SI TRES BAVARDE, elle a bien progressé. L'objectif pour cette année est une qualification aux Championnats de France Minimes donc elle doit continuer à travailler.

➤ *Quel est ton âge ?*

J'ai 13 ans (1997).

➤ *En quelle classe es-tu ?*

Je suis en 4ème.

➤ *En 3 mots, comment te définirais-tu ?*

Bavarde (on l'avait remarqué), hyperactive, curieuse.

➤ *A quel âge as-tu commencé la natation et qu'est-ce qui te plaît dans ce sport ?*

J'ai commencé la natation à l'âge de 8 ans à cause de problèmes de dos. J'aime venir nager car on a une bonne équipe, de bonnes copines, et l'ambiance familiale me plaît.

➤ *Quelles sont les nages que tu préfères et tes meilleures performances ?*

Le papillon et ma meilleure performance au 100pap est de 1'15".

➤ *Quels sont tes objectifs pour cette année ?*

J'aimerais me qualifier aux Championnats de France Minime et m'améliorer au 100m crawl, me rapprocher des 1'04".

➤ *Message perso*

Caro (Caroline COUSIN) : ne te décourage pas !!!!!

Florian
ABERLENC



Le p'tit mot de l'entraîneur :

Pour le groupe **Espoirs 1**, Fanny a désigné Florian car il a commencé la natation il n'y a que 3 ans, c'est un des plus sérieux et des plus réguliers à l'entraînement et a bien progressé.

➤ *Quel est ton âge ?*

J'ai 16 ans.

➤ *En quelle classe es-tu ?*

Je suis en 1ère.

➤ *En 3 mots, comment te définirais-tu ?*

Quand j'ai quelque chose en tête, un projet ou autre, je vais jusqu'au bout. Et je ne lâche jamais rien.

➤ *A quel âge as-tu commencé la natation et qu'est-ce qui te plaît dans ce sport ?*

C'est ma troisième année, j'ai commencé à 14 ans. La natation est un sport qui fait qu'on se sent vraiment bien une fois sorti de l'entraînement, ça me vide la tête, on oublie tout une fois dans l'eau. Ce qui me motive depuis cette année, c'est sûrement Les résultats aux compétitions, mais aussi le simple fait de nager, j'aime vraiment ça.

➤ *Quelles sont les nages que tu préfères et tes meilleures performances ?*

Mes nages préférées sont le papillon et la brasse. Ma meilleur performance (avec le peu de compétitions que j'ai fait) est 30"48 au 50 pap, c'est du moins celle qui me tient le plus à cœur.

➤ *Quels sont tes objectifs pour cette année ?*

Je voulais me qualifier au niveau régional en pap (c'est chose faite grâce à ce temps), et maintenant viser le niveau interrégional, pourquoi pas ?

➤ *Message perso*

D'abord un grand merci à Fanny qui m'a fait aimer ce sport. Et à tout Aix Nat pour l'ambiance du club !

Le coin des Nageurs !!!



Alain REMY

Le p'tit mot de l'entraîneur :

Pour le groupe **Masters**, Eric a désigné Alain pour sa motivation et sa présence régulière aux entraînements.

➤ *Quelle est ton âge ?*

J'ai 32 ans (1977)

➤ *Quelle est ta profession ?*

J'ai malheureusement fini mes études il y a quelques années déjà. Je travaille maintenant en Ressources Humaines dans l'industrie.

➤ *En 3 mots, comment te définirais-tu ?*

Lorsque je rêve, en toute modestie, que je suis jeune-intelligent-sympa-et-facile-à-vivre, mon entourage me remet rapidement les idées au clair. Il semblerait en effet que je sois plutôt un faux cool qui cache un caractère un peu ... compliqué. Déterminé, indépendant, et rarement satisfait.

➤ *A quel âge as-tu commencé la natation et qu'est-ce qui te plaît dans ce sport ?*

J'ai commencé la natation à 31 ans, l'année dernière. Sur le tard donc.... Il y a plusieurs choses qui me plaisent dans ce sport. D'abord, les valeurs de ténacité et régularité inhérentes à la natation. Le challenge que l'on se fixe à soi-même. L'esprit d'encouragement et d'équipe entre les nageurs de toutes les sections, qui est plus important que dans certains sports collectifs que j'ai pratiqué étant plus jeune. Enfin, la sensation le soir, en fin d'entraînement, d'avoir donné tout ce qui me restait d'énergie. Cela me permet de réguler le stress que j'accumule pendant une journée de travail.

➤ *Quelles sont les nages que tu préfères et tes meilleures performances ?*

Chaque chose en son temps.... la bonne question serait « quelles nages sais-tu nager? ». Je ne me sens pas encore à l'aise en dos et en pap, mais je ne désespère pas ! Quant à mes performances, mon orgueil me pousse à ne pas les dévoiler, tant elles sont ridicules par rapport à celles des autres nageurs. Je promets cependant d'en parler dans ce journal lorsque j'aurai des temps convenables !

➤ *Quels sont tes objectifs pour cette année ?*


Mes objectifs? Ben justement ! Ecrire un article sur mes performances dans l'année ;-)! Beaucoup de Masters participent aux Championnats de France des maîtres. Réussir à me qualifier dans les prochaines années serait une belle étape.

➤ *Message perso*

Fanny, j'ai les noms d'autres nageurs qui n'ont pas suivi scrupuleusement tes exercices cette semaine, et qui mériteraient d'être punis en entraînement comme moi. Ils ont même fait nettement pire que moi et semblent récidivistes ! Je pense même qu'ils n'avaient pas tous leur matériel ! Je réclame l'équité de traitement ! A tous les nageurs se sentant concernés, j'accepte les chèques.

Ps : Fanny tenait à rajouter qu'il faut que tu arrêtes de te mettre derrière les filles en brasse !!!!!!!!

A vos agendas !!!

 Vous trouverez ci-dessous le calendrier des compétitions pour le trimestre à venir :

Date	Compétitions	Lieu	Niveau	Catégorie	Bassin
11 novembre 2010	Challenge de la ville de Manosque	Manosque	Tous	Avenir à Minimes 1	25
13/ 14 novembre 2010	Championnats de France Interclubs	Istres	Tous	Toutes	25
13/ 14 novembre 2010	Championnats de France Interclubs	Fos-sur-Mer	Tous	Toutes	25
21 novembre 2010	1 ^{er} circuit départemental	Marignane	Départemental et +	Benjamin et +	25
27 novembre 2010	Challenge des Jeunes	Le Puy-Ste-Réparate	Tous	Avenir à Benjamin	25
27/ 28 novembre 2010	Meeting d'Automne		Tous	Minime et +	25
3 au 5 décembre 2010	Championnats de France petit bassin	Chartres	National	Minime et +	25
5 décembre 2010	2 ^{ème} circuit départemental	Fos-sur-Mer	Départemental et +	Benjamin et +	25
11 et 12 décembre 2010	Championnats de Provence open 25m	Arles	Tous	Minime et +	25
17 au 19 décembre 2010	Championnats de France 14-18 ans	Paris Georges Vallerey	National	14 à 18 ans	25
19 décembre 2010	Interclubs Régionaux des Maîtres	Fos-sur-Mer	Régional	Masters	25
16 janvier 2011	Biathlon Avenirs Poussins – Coupe Guy Echard	Istres	Tous	Avenir - Poussin	25
21 au 23 janvier 2011	Meeting Régional	Lyon Vaise	Régional	Minime et +	50
21 au 23 janvier 2011	Meeting International FFN	Nancy	National	Minime et +	50
28 au 30 janvier 2011	Meeting National	CN Marseille	National	Minime et +	50
29 et 30 janvier 2011	Meeting Régional	Auvergne - Lyonnais	Régional	Minime et +	50
29 et 30 janvier 2011	7 ^{ème} Meeting National Interclubs des Maîtres	Cholet	National	Masters	25
30 janvier 2011	1 ^{ère} Journée du Natathlon	Arles	Tous	Benjamin	25



Le "swim tribune" aixois

Le 10 octobre : 1ère Journée Départementale à Marignane

Dimanche 10 octobre a eu lieu la première journée départementale à Marignane, première compétition de la saison en petit bassin.

Malgré des conditions difficiles à l'extérieur (pluie battante), comme à l'intérieur : un petit bassin avec des lignes de 2 mètres, de grands murs sur les côtés, et une journée très longue qui s'est terminée au-delà de 20h... Nos nageurs ont fait une très belle rentrée : en effet, ils ont su gérer leur efforts et réaliser de belles performances pour une première compétition réalisée en période de travail.

A noter que 13 nageurs ont réalisé 27 meilleures performances individuelles (Bonnadier Zoé, Biancone Camille, Boulet Hugo, Durand Emeric, Durand Morgane, Giruzzi Filippo, Verro Agathe, Vitello Alexandre, Aberlenc Florian, Chevallot Frédéric, Missonnier Cyril, Padovani Didier, Slaughter Mariesa et que d'autres n'en étaient pas loin !!!!!!!!

Le 17 octobre : 2ème Journée Départementale à Marseille Vallier

Les bons résultats se confirment en effet, dimanche 17 octobre lors de la 2ème Journée Départementale à Marseille Vallier, nos nageurs se sont bien comportés et beaucoup d'entre eux ont de nouveaux battu leurs meilleures performances.

Concernant les nageurs du groupe Perfectionnement entraînés par Eric, nous pouvons les féliciter car pour la majorité d'entre eux, ce fut leur 1ère compétition qu'ils ont pris très au sérieux.

Quant au groupe Avenir entraîné par Benjamin, le bilan est très positif puisque, 55 temps sur 80 engagements ont été améliorés, le travail et les entraînements difficiles commencent à payer.

Enfin le groupe Espoir entraîné par Fanny a de nouveau montré une bonne performance générale, en effet sur 19 nageurs, 27 meilleures performances ont encore été réalisées.

Le bilan de cette journée de nouveau très longue, sans pause déjeuner, est plus que positif, le travail commence à payer.

Le 24 octobre : Challenge E.BOURUT

Très bons résultats de nos quatre nageurs Aixois qui ont participé au Challenge E.BOURUT à Marseille Vallier, dimanche 24 octobre après-midi, en effet ils ont tous amélioré leurs meilleures performances individuelles sur au moins une des deux épreuves effectuées :

- JULIEN Camille sur 50 PAP en 34"75
- CONSTANTIN Caroline sur 200 4N en 2'56"26 et sur 100 NL en 1'14"50
- TIZAMRINE Neumedia sur 100 Dos en 1'19"10
- COURNON Guillaume sur 50 PAP en 35" et sur 100 NL en 1'08"10

Le "swim tribune" aixois

Le 23 et 24 octobre : Finale de la Coupe de Monde des Clubs de Nage avec Palmes

Un grand bravo à Fanny LECLERCQ, Germain CAYETTE, Areski DJELOUADJI et Romain POURCHON pour leur participation à la Golden Finale de la Coupe du Monde des Clubs de nage avec palmes à la Piscine Yves Blanc samedi 23 et dimanche 24 octobre .

La concurrence était rude !!!!!!!



Mais c'est sous les encouragements d'un groupe de supporters Aixois présents dans les tribunes qu'ils ont donné le meilleur d'eux-mêmes.

Le 24 octobre : Rencontre Open des Maîtres au Puy-Sainte-Réparate

C'est également la rentrée sportive pour nos Masters, dont 19 nageurs ont participé à la rencontre open des Maîtres au Puy-Sainte-Réparate, en petit bassin, le 24 octobre 2010.

Très bon début de saison et bonne compétition de travail dans l'ensemble.

A noter les bonnes performances de nos 2 entraîneurs (Eric GRAILLE et Benjamin BOURGUET) qui ont mouillé leurs maillots ce jour là !!!!!



Le "swim tribune" international



Brent HAYDEN

Il a frappé fort !!!!!!!

Le Canadien Brent Hayden a frappé un grand coup en étant le premier nageur de l'année à passer sous les 48 secondes sur 100m, jeudi à New Delhi, aux Jeux du Commonwealth. Brent Hayden remporte le 100m des Jeux du Commonwealth en 47"98.

Les Jeux du Commonwealth tiennent enfin leur première perf' majeure en natation, grâce à Brent Hayden. Le Canadien, champion du monde du 100m en 2007, est devenu le premier nageur à passer sous la barre des 48 secondes du 100m, depuis le retour au textile cette année.

Il s'est imposé en 47"98, loin devant le Britannique Simon Burnett (48"54) et l'Australien Eamon Sullivan (48"69). Il devient le troisième nageur de l'histoire à passer sous les 48" en maillot, après Pieter Van Den Hoogenband (47"84 en 2000) et Stefan Nystrand (47"91 en 2007). Et il se repositionne en prétendant au titre mondial l'an prochain. A titre de comparaison, Alain Bernard avait conservé son titre européen en 48"49 en août, et l'Américain Nathan Adrian s'était imposé en 48"15 aux Championnats PanPacifiques, devant... Hayden (48"19). Et le meilleur chrono de l'année appartenait à Michael Phelps (48"13 en relais lors des PanPacs). (Source Journal L'Equipe)

5e étape du 21ème circuit de la Coupe du monde à Berlin

Une sélection française – la première de la nouvelle saison en natation course – composée de Fabien GILOT et Camille LACOURT s'est envolée vendredi 29 octobre pour Berlin afin de prendre part, ce week-end, à la 5e étape du 21e circuit de la Coupe du monde.



Roland SCHOEMAN

Vingt-quatre heures après avoir remporté l'argent du 100 m dos, Camille LACOURT s'est offert le bronze sur la distance inférieure en 23.90, une course remportée par le recordman du monde américain Peter MARSHALL (23.44). S'agissant du 50 m nage libre, Fabien GILOT a dû se contenter de la 5e place acquise en 21.60, le billet d'accès au podium ayant été fixé à 21.42. Cette course a été dominée par le Sud-africain Roland SCHOEMAN (21.01), le recordman du monde la spécialité. Une délégation française plus dense sera présente à la dernière étape du circuit, les 6 et 7 novembre, à Stockholm.



Camille LACOURT

Classé sixième le samedi matin à l'issue des séries du 100 m dos de l'étape berlinoise de la Coupe du monde, Camille LACOURT a accédé à la 2e place de la finale, l'après-midi, en 51.41 (26.99).

Concernant Fabien GILOT, finaliste du 100 m nage libre, il a régressé d'un rang par rapport à la hiérarchie des séries en occupant la place au pied du podium en 47.17 (24.64), à 4 centièmes du bronze.



Fabien GILOT

Page détente !!!

Devine C Ki ?



L'artiste nageur ?



Le club décline toute responsabilité quant à l'impact de la diffusion de ces photos sur la vie privée des nageurs concernés !

Mais si vous aussi, aimez le risque, faites-nous parvenir vos photos ou œuvres, insolites ou non (elles le deviendront), par mail à : « avosmarquesaixnatation@orange.fr ».

Réponses dans le prochain numéro !

Réponses du numéro précédent : il fallait reconnaître Romain POURCHON, Sylvaine MOLINARO, notre président Thierry DURAND. Quant à l'artiste du mois, c'était Fanny LECLERCQ