

Le coin des Nageurs !!!



Julie LASNEL

Le p'tit mot de l'entraîneur :

Julie a décroché 2 médailles de bronze aux championnats de France des maîtres. Coup de chapeau à cette super maman de trois enfants, qui lorsque son travail le lui permet participe à 1 ou 2 entraînements par semaine qu'elle optimise à fond.

➤ *Quelle est ton âge ?*

J'ai 43 ans et 3 enfants, nageurs eux aussi (Alexandra, Etienne et Lucie).

➤ *Quelle est ta profession ?*

Je suis inspectrice dans le nucléaire

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

Exigeante, tenace et vivante

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

J'ai commencé tôt, vers 6 ans à Aix (mon père était Président de l'AUC natation et entraîneur bénévole). Dès 10 ans, j'ai inauguré la section « sport-étude » mise en place par Hédra Frost avec le collège CAMPRA. L'année d'après, nous étions un groupe d'une trentaine de nageurs (dont plusieurs du CNM) et nous nagions deux fois par jour, tous les jours. Louper un entraînement sans raison majeure était impensable !

Je me suis arrêtée de nager à 16 ans et ce ... pendant 25 ans. A la suite d'une discussion avec Véro (Pourchon), je me suis inscrite dans le groupe Masters.

J'aime l'eau, la sensation de glisse, le plaisir de se dépenser, sentir « les muscles des épaules qui chauffent » mais mais ce qui me plaît le plus aujourd'hui comme avant c'est l'ambiance sympathique de groupe.

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

J'adore le papillon. Pour les Championnats d'hiver des Maîtres à Dunkerque, j'ai réussi à faire 1'19 au 100 Pap et 3'03" au 200 Pap ... je me rapproche des temps de ma jeunesse.

➤ *Quels sont tes objectifs pour cette année ?*

Refaire ces temps aux Championnats d'été à Gap, en bassin de 50m.

➤ *Message perso*

Merci aux entraîneurs de s'occuper des « anciens » parfois indisciplinés, mais motivés.

Pour les jeunes, persévérez même si la natation est un sport ingrat et qu'on ne progresse pas toujours aussi vite qu'on le souhaiterait. Et puis, si possible, ne vous arrêtez pas brusquement à la fin de l'adolescence (comme je l'ai fait), la natation est une source d'équilibre pour les études, le travail !

Le coin des Nageurs !!!

Clément
CAPY



Le p'tit mot de l'entraîneur : Lors du critérium des 100 m des 12 et 13 mars dernier à Berre, Clément a amélioré toutes ses meilleures performances. Confirmant ainsi son sérieux dont il fait preuve aux entraînements et qu'il pratique de façon très régulière. Il est l'un des moteurs indéniable du groupe.

➤ **Quel est ton âge ?** J'ai 11 ans (2000).

➤ **En quelle classe es-tu ?** Je suis en CM2.

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

Volonté de se dépasser et en même temps pas sûr de moi.

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

3 ans en jardin aquatique mais dès 5 ans école de natation. Ce qui me plaît c'est m'entraîner pour continuer à progresser.

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

NL (1,19 au 100m) et dos (1,36 au 100m).

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

Essayer de passer sous les 1,16 au 100mNL.

➤ **Message perso**

Merci à tous mes entraîneurs .

Nicolas
PHIMPHAVONG



Le p'tit mot de l'entraîneur : Actuellement Nicolas n'a pas pu encore faire de compétition . Par contre en participant aux trois entraînements hebdomadaires de son groupe, il met toutes les chances de son côté pour faire de bonnes performances lors de sa première compét qui ne saurait tarder.

➤ **Quel est ton âge ?** J'ai 13 ans.

➤ **En quelle classe es-tu ?** Je suis en 5ème au collège Campra à Aix-en-Provence.

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

Je suis motivé, tête en l'air, curieux et passionné .

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

J'ai commencé à 8 ans, ce qui me plaît dans ce sport c'est d'être dans l'eau et ceux qui me motivent sont les amis du club.

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

La nage que j'aime le plus est le crawl, ma meilleure performance est environ 1mn 25s sur 100m.

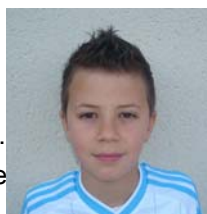
➤ **Quels sont tes objectifs pour cette année ?**

Pour cette année, je veux m'améliorer en prévision des compétitions.

➤ **Message perso :** Je n'ai pas de message personnel à faire passer.

Le p'tit mot de l'entraîneur :

Très sérieux et assidu aux entraînements, Lucas s'est vraiment révélé lors du critérium poussins et avens au cours duquel il est monté sur le podium. Depuis il semble prendre de plus en plus confiance en lui et progresse à vue œil d'entraînement en entraînement.



Lucas
VALENTIN

➤ **Quel est ton âge ?** J'ai bientôt 9 ans (2002).

➤ **En quelle classe es-tu ?** Je suis en CE2.

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

Curieux, gentil et sportif.

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

J'ai commencé à 8 ans et demi. J'aime être dans l'eau et retrouver les copains

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

Le crawl et brasse. 44 sec au 50m crawl.

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

Améliorer ma technique pour aller plus vite. Progresser en papillon.

➤ **Message perso**

Aucun

Le coin des Nageurs !!!

Aloïs
LAGIER



Le p'tit mot de l'entraîneur :

Très très bon stage à Perpignan pour lui ; Il a montré un beau comportement face à l'entraînement, une grande motivation pour s'accrocher quand c'était dur ! Je suis sûr que ça paiera bientôt en compétition !

➤ *Quel est ton âge ?*

J'ai 13 ans et demi.

➤ *En quelle classe es-tu ?*

4ème G à l'Arc de Meyran (classe "sport").

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

Sportif, tenace et endurant (ne lâche rien) et filou (selon Benjamin).

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

7 ans avec le club de Triathlon, à 9 ans avec Aix Nat.

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

Je préfère le papillon. Mes meilleures performances sont 35" au 50m Pap et 32" au 50m crawl.

➤ *Quels sont tes objectifs pour cette année ?*

Continuer à progresser et améliorer mes temps.... et pourquoi pas, atteindre les 30" au 50m crawl d'ici fin 2011 !

➤ *Message perso*

Merci à Benjamin de faire tout ce qu'il fait pour nous ! Et bonne chance pour Nice...

Alexandre
VITELLO



Le p'tit mot de l'entraîneur :

Alexandre n'est pas forcément le nageur le plus sérieux du groupe mais il a eu de très bons résultats sur les dernières compétitions. Ces résultats ne sont pas arrivés par hasard, il sait lorsqu'il le veut être sérieux et s'investir à l'entraînement pour travailler dur et réussir à progresser. J'espère qu'il va continuer ainsi car il a un beau potentiel.

➤ *Quel est ton âge ?*

J'ai l'âge de la non réflexion (15 ans)

➤ *En quelle classe es-tu ?*

Je professe hors des collèges, une 3ème répétitive.

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

Grand et sportif..

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

Dans le ventre de ma mère .J'ai commencé à 6 ans depuis que j'ai cet âge là ma mère me motive à bien m'entraîner. Et les douches pendant les grosses séries aussi peuvent bien encourager à venir aux entraînements

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

Le 50 en 30.99, 100 en 1.06.39 (je crois) et 200 dos 2.26.29 (je crois aussi)

➤ *Quels sont tes objectifs pour cette année ?*

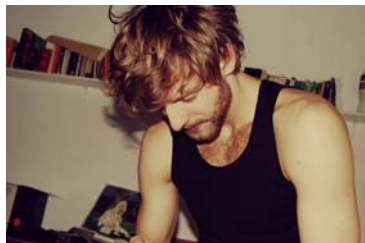
Rendre heureux mon entraîneur (Fanny)

➤ *Message perso*

Ne grugez pas avec Fanny à l'entraînement car sinon les 400 papillon peuvent tomber en punition ;)

Lundi party dans les vestiaires à la place de l'entraînement!

Le coin des Nageurs III



Thomas SYMONDS

Le p'tit mot de l'entraîneur :

Que de choses à dire sur ce nageur (il pourrait vous détailler lui-même tous ses surnoms...), sous ses airs de gros dur, Thomas est un nageur qui s'investit dans ce qu'il fait lorsqu'il pense que c'est bien pour lui. Un petit frein quelquefois puisqu'il pourrait faire encore mieux en se faisant mal sur des courses qui ne sont pas forcément les siennes...

➤ *Quelle est ton âge ?*

Avec barbe: 23 ans, sans barbe: 17 ans (merci Fanny).

➤ *Quelles études fais-tu ?*

Je suis en master 2 de droit des affaires, et rédige actuellement mon mémoire de fin d'études.

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

Grand, blond, mince (un peu comme Camille Lacourt quoi. Les filles ne me contrediront pas). Je dirai rigolo, mais au fond de moi très sérieux quand même.

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

J'ai fait les bébés nageurs (merci Maman, merci Papa), et j'ai commencé la compète à 7 ans (j'allais déjà plus vite qu'Agathe en jambes). Ce qui me plaît est le bien-être physique et mental que procure le sport, le dépassement de soi et l'ambiance bien sûr (et les jacuzzi, et les synchros, et quand Yassine se prend l'élastique dans la jambe aux Milles. "La jambe" n'étant pas une métaphore malsaine.).

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

Le 400 4n et le 200 brasse, incontestablement. Même si j'ai remarqué que je fais de meilleurs résultats au 50 et 100 papillon... Ma meilleure performance est le 50 Pap que j'ai fait l'année dernière aux N2 en 26"04.

➤ *Quels sont tes objectifs pour cette année?*

Atteindre les N2, ce que j'ai fait de justesse, et descendre sous les 26 au 50 Pap (ce que je n'ai pas fait! Et pas de justesse...).

➤ *Message perso*

-Fanny: Alex tire à la ligne en dos. Ne lui dis pas que je te l'ai dit.

-Germain: Rien, tu es parfait.

-Fred: Tu grimpes aux arbres un peu?

-Yassine: MAF WAF BG PC CDB CLV t'es obèse my freaky boobs fromen jla bout de cil.

-Florian: BGBGBGBG.

-Les p'tits sgegs: Faudra pas oublier de publier le "Manuel du petit grugeur", aux éditions Tirligne.

-Agatha Secrétariat: Je sais, je suis un dieu pour toi... Un café stp.

-Chabalette: Ne change rien. Surtout pas ton rire et ta doudoune.

-Sistah: <3

-Cyril: Prends la nationalité anglaise, tu seras moins stressé pendant les matchs de rugby!

-A toutes les synchros: voir Christian pour mes coordonnées.

-Hélène: Merci pour ce journal du club!

-Alex: sans rancunes hein? :)

A vos agendas !!!

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

Date	Compétitions	Lieu	Niveau	Catégorie	Bassin
2 avril 2011	Finale challenge des Jeunes	Arles	Tous	Avenir à Benjamin	25
9 avril 2011	Rencontre Open des Maîtres – Alex Jany	Miramas	Tous	Masters	25
16 au 17 avril 2011	3 ^{ème} circuit départemental	Fos-sur-Mer	Départemental et -	Poussin 2 et +	25
18 au 22 avril 2011	Stage Benjamins sur sélection CD 13	Briançon	Sélection	Benjamin	25
23 et 24 avril 2011	Meeting de l'Avenir	Fos-sur-Mer	Tous	Poussin et Avenir	25
7 mai 2011	Interclubs Poussins	Vitrolles	Tous	Poussin	25
8 mai 2011	Les quatre 50 mètres	Vitrolles	Tous	Minime et +	25
14 mai 2011	Interclubs Benjamins	Fos-sur-Mer	Tous	Benjamin	25
15 mai 2011	Coupe de développement	Digne-les-Bains	Tous	Benjamin	25
15 mai 2011	Interclubs Minimés	Digne-les-Bains	Tous	Minime	25
22 mai 2011	Championnats départementaux	Aix-en Provence	Départemental et +	Minime et +	50
22 mai 2011	Trophée Lucien CONESA	Aix-en Provence	Régional et +	Minime et +	50
27 au 29 mai 2011	Championnats Interrégionaux Côte-d'Azur	Nice	Interrégional	Minime et +	50
28 et 29 mai 2011	Meeting Lauwers	Salon-de-Provence	Tous	Tous	50
2 juin 2011	Rencontre interdépartementale	Apt	Sélection Départemental	Poussin	25
2 juin 2011	Meeting Décat'nages	Aix-en Provence	Tous	Avenir et +	50
3 et 4 juin 2011	Coupe des régions minimés et cadets		Sélection Régional	Minime et Cadet	50
17 juin 2011	Challenge Masters	Pertuis	Tous	Masters	25
18 et 19 juin 2011	Championnats de Provence		Régional	Minime et +	50
18 et 19 juin 2011	Coupe de Provence des Benjamins		Tous	Benjamin	50
18 et 19 juin 2011	Finale Natathlon – Trophée Lucien ZINS	Tarbes	National	Benjamin	50
25 et 26 juin 2011	Meeting d'été	Fos-sur-Mer	Tous	Avenir et +	50
27 juin 2011	Défi de Monte-Cristo	Marseille	Tous	Toutes	Mer
30 juin au 3 juillet 2011	Championnats de France Masters	Gap	National	Masters	50

Autres évènements....



Le 02 - Benjamin FERREIRA
 Le 03 - Andréa HAUG
 Le 04 - Sarah OZTAS
 Le 07 - Ugo BEAUCE
 Le 08 - Rémy MAZOYER
 Le 09 - Sinan NOORI
 Le 11 - Alice ROCUET
 Le 13 - Amaury AGARD
 Le 13 - Douchane FAGES
 Le 16 - Olivier MILON
 Le 16 - Julie PENANGUER
 Le 18 - Nicolas PHIMPHAVONG

Le 19 - Morgane PARISI
 Le 19 - Anabelle CARETTE-NOORI
 Le 21 - Thomas SYMONDS
 Le 21 - Lucas VALENTIN
 Le 25 - Julien SOL
 Le 26 - Lucine GATTI
 Le 27 - Frédéric CHEVALLOT
 Le 28 - Laura PASCAL
 Le 29 - Areski DJELOUADJI
 Le 29 - Aude HILTBRAND
 Le 30 - Emmanuel DU PLESSIS
 Le 30 - Didier CORNILLE



Le "swim tribune" aixois

Du 10 au 13 mars : Championnats de France des Maîtres à Dunkerque

Vous trouverez tout sur ces championnats pages 10 à 15.

Le 11-12-13 mars : Meeting national du Languedoc-Roussillon à Montpellier

Excellents résultats pour le meeting national du Languedoc-Roussillon à Montpellier les 11 – 12 et 13 mars :

7 nageurs aixois (C.BIANCONE, A.SYMONDS, A.VERRO, R.POURCHON, T.SYMONDS, A.VITELLO-FORMOSA et leur entraîneur F.LECLERCQ) se sont une fois de plus mesurés avec les plus grands nageurs français et ont réussi à accéder à 4 finales A et 3 finales B !!!!!!!

Félicitations à Fanny et Thomas qui se sont qualifiés aux Championnats de France N2 le week-end prochain à Châlon-sur-Saône en compagnie de Germain CAYETTE.

Nous croisons les doigts pour une future qualification aux Championnats de France N1 Elite !!!!

Félicitations aussi à Camille BIANCONE et Alice SYMONDS qui s'approchent de leurs qualifications aux Championnats de France Minimes et Cadets de quelques centièmes !!!! Ce sont 2 grandes nageuses qui n'ont pas fini de nous éblouir

Pour finir bravo à Romain POURCHON et Alexandre VITELLO-FORMOSA qui ont gagné leurs billets pour les Championnats Interrégionaux.

Résultats

Dames

BIANCONE C. 50 NL (Séries) 76 - [29.90]
(1997) 100 NL (Séries) 65 - [1:04.52]
200 NL (Séries) 71 - [2:22.52]

LECLERCQ F. 50 Dos (Séries) 10 - [32.08]
(1984) 100 Dos (Séries) 10 - [1:09.20]
50 Pap (Séries) 10 - [30.19]
50 Dos (Finale A) 9 - [32.41]
100 Dos (Finale A) 8 - [1:09.79]
50 Pap (Finale B) 8 - [30.35]

SYMONDS A. 50 Br (Séries) 16 - [36.77]
(1994) 100 Br (Séries) 13 - [1:20.47]
200 Br (Séries) 36 - [3:04.24]
200 4 Nages (Séries) 96 - [2:49.94]
50 Br (Finale B) 5 - [36.64]
100 Br (Finale A) 9 - [1:20.54]
200 Br (Finale B) 10 - [3:03.58]

VERRO A. 50 NL (Séries) 95 - [30.15]
(1994) 100 NL (Séries) 101 - [1:06.53]
100 Dos (Séries) 86 - [1:16.96]
50 Pap (Séries) 44 - [31.56]

Messieurs

POURCHON R. 100 Dos (Séries) 55 - [1:06.67]
(1993) 200 Dos (Séries) 55 - [2:25.95]
50 Br (Séries) 37 - [32.68]

SYMONDS T. 50 Pap (Séries) 11 - [26.33]
(1987) 100 Pap (Séries) 20 - [1:00.64]
50 Pap (Finale A) 10 - [26.54]

VITELLO - FORMOSA A. 50 Dos (Séries) 47 - [30.99]
(1995) 100 Dos (Séries) 49 - [1:06.19]
200 Dos (Séries) 56 - [2:26.15]

Le "swim tribune" aixois

Le 12 et 13 mars : Critérium des 100 m - Coupe GASTON Georges - à Berre

Aix Natation sur les premières marches du podium le week-end du 12 et 13 mars lors du critérium des 100m, et la coupe GASTON Georges à Berre. Cette compétition a attiré beaucoup de nageurs puisqu'ils étaient environ 350, autant dire que l'échauffement en lui-même était une véritable épreuve !!!!!

Aix Natation avait engagé 49 nageurs, qui, dans l'ensemble ont fait de très belles performances individuelles et de nombreux podiums !!!!!

Ces bons résultats ont été soulignés par la seconde place de nos nageurs lors des relais 6 x 50m nage libre qui sont rentrés avec la belle coupe GASTON Georges.



Résultats

Dames

- 100 NL : 1 - JULIEN C. (1997) [1:05.45], 6 - NIZIER J. (1998) [1:08.09], 9 – LAPORTE E. (1991) [1:09.14], 13 - CONSTANTIN C. (1997) [1:10.16], 37 - COHEN B. (1995) [1:14.19], 41 - CAPY L. (1997) [1:14.96], 58 - LASNEL A. (1995) [1:16.74], 59 - LETALENET J. (1998) [1:17.00], 73 - HERMENT A. (1997) [1:18.76], 97 - GATTI L. (1999) [1:21.34], 130 – CARETTE-NOORI A. (2000) [1:28.22], 137- DUSSAUGE J. (2000) [1:30.66], 152 - RANNOU M. (1996) [1:37.44], 169 - WAEYSENS M. (1997) [2:16.22]
- 100 Dos : 4 - CONSTANTIN C. (1997) [1:17.64], 5 - JULIEN C. (1997) [1:18.16], 6 – LAPORTE E. (1991) [1:18.32], 19 - NIZIER J. (1998) [1:22.59], 34 - LASNEL A. (1995) [1:26.35], 37 - CAPY L. (1997) [1:27.55], 75 - LETALENET J. (1998) [1:34.91], 78 - HERMENT A. (1997) [1:35.53], 98- DUSSAUGE J. (2000) [1:42.26], 100 - GATTI L. (1999) [1:43.34], 105 – CARETTE-NOORI A. (2000) [1:45.10]
- 100 Brasse : 7 - JULIEN C. (1997) [1:29.45], 12 - NIZIER J. (1998) [1:32.04], 15 - COHEN B. (1995) [1:32.98], 26 - CAPY L. (1997) [1:36.52], 36 - HERMENT A. (1997) [1:39.00], 39- CONSTANTIN C. (1997) [1:39.42], 58 - LETALENET J. (1998) [1:43.20], 90 - RANNOU M. (1996) [1:53.23], 103- DUSSAUGE J. (2000) [1:58.91]
- 100 Pap : 3 - NIZIER J. (1998) [1:18.46], 4 - CONSTANTIN C. (1997) [1:18.66], 15 - JULIEN C. (1997) [1:26.93], 21 - LETALENET J. (1998) [1:29.94], 24 - CAPY L. (1997) [1:31.37], 27 - LASNEL A. (1995) [1:31.91], 33 - HERMENT A. (1997) [1:34.82], 77- DUSSAUGE J. (2000) [1:55.56]
- 100 4 Nages : 2 - JULIEN C. (1997) [1:16.50], 3 - NIZIER J. (1998) [1:16.98], 5 - CONSTANTIN C. (1997) [1:19.69], 9 - TIZAMRINE N. (1997) [1:21.37], 14 - GENARD L. (1998) [1:22.45], 18 – BEAUPIN-PORET L. (1997) [1:24.16], 19 - COHEN B. (1995) [1:24.53], 21 - CAPY L. (1997) [1:24.97], 33 - LASNEL A. (1995) [1:28.28], 38 - BONNADIER Z. (1995) [1:29.59], 45 - LETALENET J. (1998) [1:31.25], 46 - HERMENT A. (1997) [1:31.47], 78 - GATTI L. (1999) [1:42.38], 88 - RANNOU M. (1996) [1:51.47]



Le "swim tribune" aixois

Messieurs

- 100 NL : 8 – STACEY L. (1998) [1:00.13], 11 - BROT Q. (1989) [1:00.65], 19 – VALLEE J-V. (1993) [1:01.93], 28 - COURNON G. (1997) [1:13.24], 31 - MARTIN J. (1997) [1:03.40], 48 - BOULET H. (1994) [1:06.28], 56 - LASNEL E. (1998) [1:07.32], 69 - STACEY H. (2000) [1:08.85], 72 - GIRUZZI P. (1996) [1:09.03], 81 - BELINGARD V. (1999) [1:09.84], 86 – MALERBE-DERAM G. (1997) [1:10.20], 105- VENEZIANO J. (1997) [1:12.07], 108 - RODRIGUEZ Y. (1997) [1:12.64], 115 - KADRI E. (1997) [1:13.69], 132 - BARS N. (1998) [1:16.03], 141 - SECCHI C. (2000) [1:17.20], 145 - GONZALES L. (1999) [1:18.08], 147 - CORTES G. (1983) [1:18.39], 149 – BLANC L. (1999) [1:18.74], 153- CAPY C. (2000) [1:19.76], 158 - HAZARD G. (2000) [1:22.05], 170 - AGARD A. (1999) [1:23.52], 171- MICHEL P. (2000) [1:23.57], 184 - BENEZET A. (2000) [1:27.26], 193 - LARROQUE P. (2000) [1:29.34], 202 - FLORENS A. (2000) [1:31.86], 210 - STEINLIN H. (1999) [1:34.30], 217 - GARREAU N. (1999) [1:39.83], 218 - MEYSENQ M. (2000) [1:40.66], 225 - SEMLER A. (1999) [1:44.61]
- 100 Dos : 1 - COURNON G. (1997) [1:09.96], 12 - MARTIN J. (1997) [1:15.26], 15 – STACEY L. (1998) [1:15.92], 18 - LASNEL E. (1998) [1:16.32], 36 - GIRUZZI P. (1996) [1:20.06], 38 - STACEY H. (2000) [1:20.71], 44 - RODRIGUEZ Y. (1997) [1:22.15], 51 – MALERBE-DERAM G. (1997) [1:23.21], 59 - BELINGARD V. (1999) [1:24.74], 63 - SECCHI C. (2000) [1:25.31], 77 - KADRI E. (1997) [1:28.66], 82 – BLANC L. (1999) [1:29.96], 93 - BARS N. (1998) [1:33.47], 97 - MICHEL P. (2000) [1:34.02], 99 - HAZARD G. (2000) [1:34.35], 101 - GONZALES L. (1999) [1:34.58], 102 - AGARD A. (1999) [1:34.68],], 104 - BENEZET A. (2000) [1:34.83], 110- CAPY C. (2000) [1:36.08], 133 - FLORENS A. (2000) [1:46.81], 135 - LARROQUE P. (2000) [1:47.09], 139 - MEYSENQ M. (2000) [1:52.60], 140 - STEINLIN H. (1999) [1:54.21]
- 100 Brasse : 8 – VALLEE J-V. (1993) [1:20.22], 16 - BROT Q. (1989) [1:24.26], 26 – MALERBE-DERAM G. (1997) [1:25.41], 31 - MARTIN J. (1997) [1:27.26], 39 - LASNEL E. (1998) [1:29.64], 53 - GIRUZZI P. (1996) [1:31.94], 54 - KADRI E. (1997) [1:32.41], 58 – STACEY L. (1998) [1:33.20], 59 - RODRIGUEZ Y. (1997) [1:33.45], 66 - BARS N. (1998) [1:34.88], 80 - STACEY H. (2000) [1:39.82], 94 - BELINGARD V. (1999) [1:42.64], 103 - SECCHI C. (2000) [1:45.16], 106 – BLANC L. (1999) [1:46.57], 107 - MICHEL P. (2000) [1:47.13], 108 - AGARD A. (1999) [1:47.26], 114 - GONZALES L. (1999) [1:49.59], 123 - BENEZET A. (2000) [1:54.45], 127 - HAZARD G. (2000) [1:55.62], 136 - GARREAU N. (1999) [1:59.15], 137 - SEMLER A. (1999) [1:59.29], 140- CAPY C. (2000) [2:02.49], 146 - STEINLIN H. (1999) [2:11.29]
- 100 Pap : 12 - MARTIN J. (1997) [1:12.89], 20 - BROT Q. (1989) [1:18.01], 30 - COURNON G. (1997) [1:19.69], 38 - GIRUZZI P. (1996) [1:21.78], 40 – STACEY L. (1998) [1:22.70], 51 - STACEY H. (2000) [1:26.75], 63 - BELINGARD V. (1999) [1:30.85], 66 - LASNEL E. (1998) [1:31.83], 70 - RODRIGUEZ Y. (1997) [1:32.85], 74 – MALERBE-DERAM G. (1997) [1:33.14], 84 - SECCHI C. (2000) [1:36.60], 91 - GONZALES L. (1999) [1:40.22], 92 - BARS N. (1998) [1:40.46], 99 – BLANC L. (1999) [1:42.38], 103 - KADRI E. (1997) [1:43.49], 112 - HAZARD G. (2000) [1:51.80]
- 100 4 Nages : 12 – VALLEE J-V. (1993) [1:13.06], 23 - COURNON G. (1997) [1:15.50], 26 – STACEY L. (1998) [1:16.59], 26 – BOULET H. (1994) [1:16.59], 39 - GIRUZZI P. (1996) [1:19.00], 41 - LASNEL E. (1998) [1:19.59], 43 – MALERBE-DERAM G. (1997) [1:20.15], 45 - BELINGARD V. (1999) [1:21.52], 46 – LAGIER-LOMER A. (1997) [1:21.72], 58 - STACEY H. (2000) [1:24.05], 59 - RODRIGUEZ Y. (1997) [1:24.07], 62 - KADRI E. (1997) [1:25.19], 81 - BARS N. (1998) [1:29.12], 84 – BLANC L. (1999) [1:30.56], 92 - GONZALES L. (1999) [1:34.56], 93 - AGARD A. (1999) [1:34.57]



Le "swim tribune" aixois

Du 18 au 20 mars : Championnat de France Nationale 2 à Chalon-sur-Saône



Nos 3 nageurs : Fanny **LECLERCQ**, Germain **CAYETTE** et Thomas **SYMONDS**, se sont rendus à Chalon-sur-Saône suite à leur brillante qualification aux Championnats de France N2 ce week-end du 18 au 20 mars.

Ils se sont bien battus et malgré leur manque d'entraînement, Fanny a décroché 2 finales B : sur 50m et 100m dos, et Germain, 1 finale B sur 50m NL.

A savoir que pour être à ce niveau, les nageurs effectuent en moyenne 2 entraînements quotidiens, ce que sont loin de faire Thomas, et encore moins Fanny et Germain !! Donc, ce qu'ils ont fait ce week-end, reste une très belle performance même s'ils ne se sont pas qualifiés pour les Championnats de France N1 Elite.

Encore bravo à vous 3 !!



Résultats

Dames

➤ Séries

50 Dos : 16- **LECLERCQ F.** (1984) [32.03]

100 Dos : 13 - **LECLERCQ F.** (1984) [1:08.49]

➤ Finale B

50 Dos : 3 - **LECLERCQ F.** (1984) [31.87]

100 Dos : 5 - **LECLERCQ F.** (1984) [1:08.65]

Messieurs

➤ Séries

50 NL : 16 - **CAYETTE J.** (1983) [24.41]

100 NL : 20 - **CAYETTE J.** (1983) [53.51]

50 Pap : 29- **SYMONDS T.** (1987) [26.50]

➤ Finale B

50 NL : 7 - **CAYETTE J.** (1983) [24.62]

Le 26 et 27 mars : Meeting régional à Nîmes



Magnifique compétition, les résultats et la bonne ambiance étaient au rendez-vous lors du Meeting Régional le samedi 26 et dimanche 27 mars à Nîmes.

En effet, nos 4 nageuses engagées : C. **CONSTANTIN**, C. **COUSIN**, C. **JULIEN** et N. **TIZAMRINE**, se sont qualifiées pour 7 finales A et 6 finales B !!!!! Bravo les filles !!!!!!!!!!!!!

Quant à nos 5 nageurs engagés : F. **ABERLENC**, G. **COURNON**, D. **FAGES**, J. **MARTIN** et Y. **TAA**, ils se sont qualifiés, eux, pour 11 finales A et 2 finales B !!!!! Bravo les garçons et en particulier à Yassine qui a fini 1^{er} de la finale A sur 100m Pap, 2^{ème} de la finale A sur 50 Dos et 50 Pap et enfin 3^{ème} de la finale A sur 100m NL.

Le "swim tribune" aixois

Résultats

Dames

➤ Séries

50 NL : 2- JULIEN C. (1997) [30.37], 47- TIZAMRINE N. (1997) [32.71]

100 NL : 15- JULIEN C. (1997) [1:08.64], 46- TIZAMRINE N. (1997) [1:11.55], 65- CONSTANTIN C. (1997) [1:14.13]

50 Dos : 1- JULIEN C. (1997) [35.10], 9- CONSTANTIN C. (1997) [36.73]

100 Dos : 8- TIZAMRINE N. (1997) [1:19.78]

200 Dos : 6- JULIEN C. (1997) [2:50.57]

50 Bra : 13- COUSIN C. (1995) [42.41]

100 Bra : 12- COUSIN C. (1995) [1:32.54], 15- TIZAMRINE N. (1997) [1:34.27]

200 Bra : 4- COUSIN C. (1995) [3:14.02]

50 Pap : 7- CONSTANTIN C. (1997) [34.05], 14- JULIEN C. (1997) [34.84]

200 4N : 2- CONSTANTIN C. (1997) [2:48.73], 13- COUSIN C. (1995) [3:01.75]

400 4N : 2- CONSTANTIN C. (1997) [6:02.88]

➤ Finale A

50 NL : 5- JULIEN C. (1997) [30.48]

50 Dos : 3- CONSTANTIN C. (1997) [35.93], 9- JULIEN C. (1997) [36.74]

100 Dos : 3- TIZAMRINE N. (1997) [1:18.13]

200 Dos : 4- JULIEN C. (1997) [2:49.08]

200 Bra : 3- COUSIN C. (1995) [3:14.81]

200 4N : 9- CONSTANTIN C. (1997) [2:57.97]

➤ Finale B

100 NL : 1- JULIEN C. (1997) [1:07.10]

50 Bra : 13- COUSIN C. (1995) [42.58]

100 Bra : 1- TIZAMRINE N. (1997) [1:30.84], 4- COUSIN C. (1995) [1:33.22]

50 Pap : 10- JULIEN C. (1997) [36.28]

200 4N : 3- COUSIN C. (1995) [3:01.32]

Messieurs

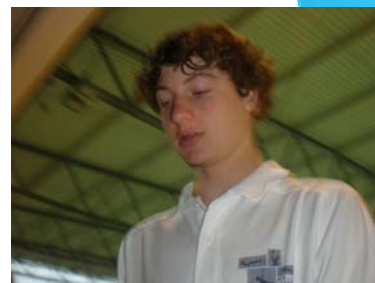
➤ Séries

50 NL : 7- ABERLENC F. (1994) [26.82], 45- COURNON G. (1997) [28.67]

100 NL : 7- TAA Y. (1990) [59.27], 42 - ABERLENC F. (1994) [1:03.00], 54 - MARTIN J. (1997) [1:04.05], 79- COURNON G. (1997) [1:08.08]

200 NL : 22 - MARTIN J. (1997) [2:20.30]

50 Dos : 1- TAA Y. (1990) [31.12], 6- COURNON G. (1997) [32.98]



Le "swim tribune" aixois

100 Dos : 2- COURNON G. (1997) [1:09.96]

200 Dos : 3- COURNON G. (1997) [2:36.07]

100 Bra : 7- FAGES D. (1975) [1:15.67]

200 Bra : 2- FAGES D. (1975) [2:50.24]

50 Pap : 1- TAA Y. (1990) [27.54], 9- FAGES D. (1975) [29.24], 11- ABERLENC F. (1994) [29.38], 26 - MARTIN J. (1997) [30.57]

100 Pap : 1- TAA Y. (1990) [1:02.59]

200 4N : 5- FAGES D. (1975) [2:28.31], 12 - MARTIN J. (1997) [2:35.85]

400 4N : 2 - MARTIN J. (1997) [5:30.98]

➤ Finale A

50 NL : 7- ABERLENC F. (1994) [26.59]

100 NL : 3- TAA Y. (1990) [56.56]

50 Dos : 2- TAA Y. (1990) [31.48], 8- COURNON G. (1997) [33.30]

100 Dos : 8- COURNON G. (1997) [1:13.04]

200 Dos : 7- COURNON G. (1997) [2:37.68]

100 Bra : 7- FAGES D. (1975) [1:16.23]

50 Pap : 2- TAA Y. (1990) [28.00], 7- ABERLENC F. (1994) [29.14]

100 Pap : 1- TAA Y. (1990) [1:01.50]

200 4N : 6- FAGES D. (1975) [2:28.70]

➤ Finale B

200 NL : 9 - MARTIN J. (1997) [2:18.32]

200 4N : 8 - MARTIN J. (1997) [2:41.04]



Le 27 mars : 3ème Journée Natathlon à Arles

Lors de la 3^{ème} et dernière journée du Natathlon qui s'est déroulée le 27 mars à Arles, nos nageurs ont tout lâché et fait de belles performances !!!!

Il n'y a plus qu'à attendre maintenant le classement national et la sélection des nageurs qualifiés pour la finale qui aura lieu lors de la coupe L. ZINS les 18 et 19 juin à Tarbes.

Résultats

Dames

➤ 100 NL : 3 - NIZIER J. (1998) [1:08.10], 7 – GENARD L. (1998) [1:13.65], 24 - DEGARAT L. (1999) [1:35.74], 27 – RENDA C. (1999) [1:45.93]

➤ 800 NL : 14 - LETALENET J. (1998) [12:37.95]

➤ 50 Dos : 12 - LETALENET J. (1998) [41.58]

Le "swim tribune" aixois

50 Brasse : 3 - NIZIER J. (1998) [41.72], 25 – RENDA C. (1999) [53.08], 28 - DEGARAT L. (1999) [59.92]

➤ **50 Pap** : 2 - NIZIER J. (1998) [34.06], 9 – GENARD L. (1998) [38.49]

➤ **400 4 Nages** : 2 – GENARD L. (1998) [6:19.21], 14 - LETALENET J. (1998) [6:52.17]

Messieurs

➤ **100 NL** : 2 - LASNEL E. (1998) [1:06.27], 7 – BELINGARD V. (1999) [1:12.96], 8 – BARS N. (1998) [1:13.79], 11 – BLANC L. (1999) [1:17.15], 17 – AGARD A. (1999) [1:21.43], 20 – DESIT P.L. (1999) [1:23.28], 22 – DE OLIVEIRA GUEDES M. (1999) [1:25.55], 28 – GARREAU N. (1999) [1:32.37]

➤ **800 NL** : 3 - STACEY L. (1998) [10:52.21], 5 – BELINGARD V. (1999) [37.32]

➤ **50 Dos** : 1 - STACEY L. (1998) [33.82], 4 - LASNEL E. (1998) [11:01.96], 10 – BLANC L. (1999) [40.05], 13 – GONZALES L. (1999) [42.01], 18 – AGARD A. (1999) [44.57], 21 – DE OLIVEIRA GUEDES M. (1999) [45.83], 22 – DESIT P.L. (1999) [46.29]

➤ **50 Brasse** : 4 – BARS N. (1998) [42.89], 11 – GONZALES L. (1999) [48.01], 16 – AGARD A. (1999) [49.79], 20 – GARREAU N. (1999) [51.95], 22 – DESIT P.L. (1999) [55.94]

➤ **50 Pap** : 1 – BELINGARD V. (1999) [35.75], 7 - LASNEL E. (1998) [38.85], 8 – GONZALES L. (1999) [41.21], 12 – BARS N. (1998) [43.37], 13 – BLANC L. (1999) [43.40], 15 – DE OLIVEIRA GUEDES M. (1999) [44.91], 20 – GARREAU N. (1999) [50.33]

➤ **400 4 Nages** : 3 - STACEY L. (1998) [5:58.28]

Le "swim tribune" international

Les qualifiés pour les Championnats du Monde de Shanghai

21 nageurs ont validé leur billet pour les Championnats du monde de Shanghai qui se déroulera du 24 au 31 juillet 2011.

FEMMES

100m : Camille Muffat

200m : Camille Muffat

400m : Camille Muffat

800m : Camille Muffat

200m dos : Alexianne Castel

50m papillon : Mélanie Hénique

400m 4 nages : Lara Grangeon

Relais 4x200m : Camille Muffat, Coralie Balmy, Ophélie-Cyrielle Etienne, Charlotte Bonnet

Relais 4x100m 4 nages : Alexianne Castel, Sophie De Ronchi, Aurore Mongel, Camille Muffat



Camille MUFFAT



Lara GRANGEON



Alexianne CASTEL

HOMMES

50m : Frédéric Bousquet, Alain Bernard

100m : Fabien Gilot, William Meynard

200m : Yannick Agnel

400m : Yannick Agnel, Sébastien Rouault

800m : Sébastien Rouault

100m dos : Camille Lacourt, Jérémy Stravius

200m dos : Benjamin Stasiulis

100m brasse : Hugues Duboscq

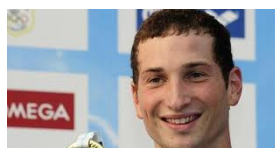
200m brasse : Hugues Duboscq

50m papillon : Frédéric Bousquet, Florent Manaudou

Relais 4x100m : Fabien Gilot, William Meynard, Yannick Agnel, Alain Bernard

Relais 4x200m : Yannick Agnel, Jérémy Stravius, Grégory Mallet, Sébastien Rouault

Relais 4x100m 4 nages : Camille Lacourt, Hugues Duboscq, Frédéric Bousquet, Fabien Gilot



William MEYNARD



Benjamin STASIULIS



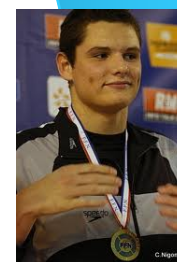
Jérémy STRAVIUS

MANAUDOU, prénom FLORENT

Les championnats de France se sont bouclés sur une belle histoire à Strasbourg. Florent Manaudou, petit frère de Laure âgé de 20 ans, a décroché sa première qualification pour un grand événement en terminant 2e du 50m papillon. Clin œil de l'histoire, il a réalisé au centième près le chrono exigé (23"66) et devrait s'aligner aux Mondiaux en compagnie de Frédéric Bousquet, le compagnon de sa sœur Laure, vainqueur en 23"60. «*Fred est très content, avoue Manaudou. Il m'avait envoyé des messages avant, en me disant qu'il avait envie d'y aller avec moi. Quand on se voit, on parle souvent de natation. C'est motivant d'avoir les conseils de grands champions comme lui, qui ont de l'expérience.*» Seul bémol, la possibilité que le Catalan renonce au déplacement à Shanghai, en raison de son conflit avec la Fédération.

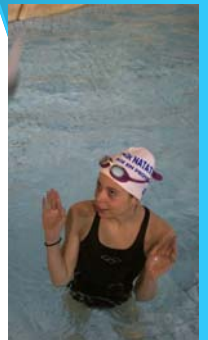
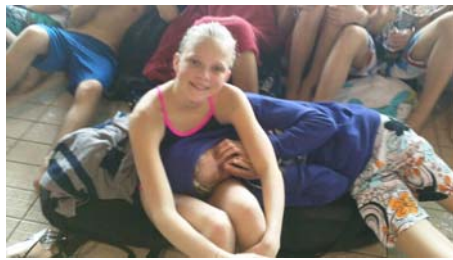
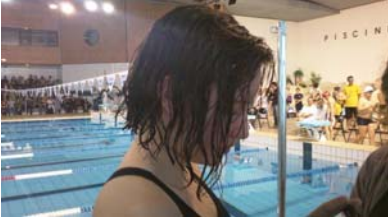
Cette qualification constitue une belle récompense pour Florent, entraîné par son frère aîné Nicolas à Ambérieu-en-Bugey, le fief de la famille Manaudou. «*Avec mon frère Nicolas, c'est de la technique comme n'importe quel coach, mais aussi des regards. On se comprend. J'ai un sentiment de satisfaction car je fais le temps au centième près,* a expliqué de sa voix douce le jeune colosse, qui a amélioré de 45 centièmes son record personnel. *J'avais un peu de pression car j'étais ligne 4, entre mon beau-frère et Amaury (Leveaux), qui a le record du monde en petit bassin du 50 Pap.*»

Aux JO 2012 avec Laure ...???????????



Florent MANAUDOU

Pêle-mêle photos du mois



Page détente ""

Devine C Ki ?



Etant donné la difficulté des photos, nous vous lançons ce mois-ci un challenge :

Le premier qui nous donnera, sur la messagerie ci-dessous, le nom des 2 personnes photographiées gagnera un lot. Une seule réponse par nageur sera acceptée. Bon courage à tous !!!!!!!!!!!



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 : une œuvre de Fanny LECLERCQ où il fallait reconnaître Camille BIANCONE en rugby girl et Thomas SYMONDS dans le rôle du ballon et pour le seconde photo Christian GUILLEMIN.