

# A vos marques

Le Journal mensuel d'Aix Natation Course      Numéro 02– Octobre 2011  
(A lire sans modération)

## L'édito du Président de la section,



Octobre c'est le mois des inscriptions, des budgets et des différentes assemblées générales ; encore merci pour la réélection du bureau, nous allons pouvoir tous ensemble travailler dans la continuité.

Maintenant, place à la saison sportive !

Nous avons fixé avec les entraîneurs comme objectifs d'être dans les 50 premiers clubs Français et le top 10 pour les masters ; sans compter les objectifs individuels de participer au Championnat de France de chaque catégorie. Ce n'est pas impossible et il ne faudra pas rater le premier rendez-vous le week-end du 5 et 6 Novembre pour les interclubs à Istres (3 équipes) et Fos (8 équipes), soit 110 nageurs qui vont marquer des points pour le club. Venez nombreux pour les encourager et voir à Istres notre club confronté aux meilleurs nageuses et nageurs Français.

## SOMMAIRE

Edito	page 1
Le p'tit mot des rédacteurs	page 2
Carnet de liaison	page 3 à 10
Le coin des nageurs	page 11 à 14
A vos agendas	page 15
Le « swim tribune » Aixois	page 16 à 21
Le « swim tribune » International	page 22 à 23
Pêle-Mêle Photos du mois	page 24 à 25
Page détente	page 26

Au mois de Novembre, nous accueillerons des nageurs et l'encadrement du club de natation de Tübingen. Nous voulons ensemble reprendre le jumelage qui a existé pendant de nombreuses années entre nos deux clubs. Nous allons essayer de les accueillir au minimum lors de notre compétition du Décath'nage et y aller pour leur meeting Alcham'Cup. Nous vous donnerons plus de détails lors du prochain 'A vos marques'.

Bonne saison à toutes et à tous, nageuses, nageurs, entraîneurs, officiels et parents,

Thierry DURAND

**L'adage du mois :**

*Pour réussir il ne suffit pas de continuer, il faut toujours se dépasser.*

*Madeleine FERRON (Romancière canadienne)*

# Le p'tit mot des rédacteurs ...

**Quel mois d'octobre !!!!!**

*Ce mois-ci, nous n'avons que des félicitations à transmettre :*

**Aux entraîneurs**, car malgré des horaires difficiles et des conditions d'entraînements qui sont loin d'être idéales .... , ces derniers ont su aller de l'avant, adapter les entraînements, et surtout maintenir une dynamique de groupe et la motivation des nageurs. Ce qui était loin d'être gagné en début de saison !!

**Aux nageurs**, qui dès les premières compétitions, ont répondu présents et ont montré leur engagement dans chaque épreuve et leur envie de se dépasser. Nous sommes certains que cette saison, les chronos vont s'affoler et que vous allez faire parler de vous !!

**Aux nageurs Masters**, quel « Coup de maître !!! » : la nouvelle est tombée ce mois-ci, notre club termine à la 16<sup>ème</sup> place au classement national des maîtres 2011 sur 691 clubs !!!!

On peut d'autant plus les féliciter, que trouver du temps pour venir s'entraîner en plus de sa vie familiale et professionnelle n'est pas toujours évident. De plus, il règne dans ce groupe, une bonne humeur constante, un bel esprit d'équipe, une réelle motivation à bien nager et surtout à améliorer toujours plus les chronos.

En conclusion, que dire de plus, sinon que la saison a repris sous de bons auspices en ce qui concerne les résultats, et que la bonne humeur et la motivation de tous font plaisir à voir !!!!

Nous attendons avec hâte le mois prochain qui est très riche en compétitions, et nous comptons sur **VOUS** pour donner le meilleur de vous-même !!!

Les Rédacteurs



Nos nageurs Masters à l'entraînement !!!! lol

# Carnet de liaison ...

## Assemblée générale de la section course

Mercredi 12 octobre a eu lieu l'assemblée générale de la section course à la piscine Yves BLANC.

Merci aux parents et nageurs qui ont répondu présents !!!!

Lors de cette assemblée, notre Président Thierry DURAND a tout d'abord fait le bilan de la saison passée : la réorganisation des groupes de travail a porté ses fruits puisque des résultats en net progrès ont été enregistrés dans toutes les catégories d'âge avec des qualifications pour les différents championnats nationaux et l'apparition d'une équipe très prometteuse chez les plus jeunes.

Sur le plan collectif, le club se classe au 91 ème rang national en natation course et au 16 ème rang chez les masters. L'objectif va être de rentrer dans les top 50 et 10.

Au programme également : la poursuite de la démarche de certification du club et des entraîneurs, différents stages ainsi que l'échange avec Tübingen vont être reconduits.

Ensuite notre Président a récompensé les nageurs qui se sont le plus mis en évidence lors de cette saison ( cf photos de ceux présents ce soir là).

Pour finir, suite au vote, le bureau a été partiellement renouvelé : **Thierry DURAND** et **Christian GUILLEMIN** en restent Président et Trésorier, **Hélène DUSSAUGE** devient Secrétaire et **Annie BERTRANDIE-SELLIER** secrétaire adjointe, **Douchane FAGES** représentera désormais les nageurs.

Et bien entendu, tout cela s'est terminé autour d'un pot de l'amitié largement approvisionné par les parents que l'on remercie chaleureusement !!!!

Bonne saison 2011-2012 à tous !



# Carnet de liaison ...

## Assemblée générale suite



Julia NIZIER



Camille JULIEN



Caroline CONSTANTIN



Caroline COUSIN



Julie LASNEL



Annie BERTRANDIE-SELLIER



Etienne LASNEL



Julien MARTIN



Emeric DURAND



Florian ABERLENC



Yassine  
TAA



Frédéric  
CHEVALLOT

# Carnet de liaison ...

## Assemblée générale ordinaire du club



Lors de cette assemblée qui s'est déroulée le 17 octobre au CREPS, voici un rapide résumé de l'allocation du Président **Bernard RAYAUME**.

### 1 – Un bilan financier équilibré

Notre bilan financier 2010/2011, malgré le poids de la location du CSU, est tout juste équilibré à + 2 411 €.

Cette année encore, nous avons dû faire preuve d'imagination, persuasion, justification de nos résultats, pour convaincre nos Collectivités de tutelle et arracher les subventions au moins égales à l'an dernier, même si elles se font de plus en plus rares et arrivent tardivement sur notre compte courant.

### 2 - Un bilan sportif reconnu par la FFN

La Fédération Française de Natation a décerné ses récompenses, 2 dirigeants et 1 nageuse de haut niveau ont été récompensés : médaille d'argent de la FFN :

**Claudette DEDIEU** et **Maïté MEJAN** Natation synchronisée

**Christian GUILLEMIN** a obtenu la médaille de bronze.

### 3 - Perspectives pour le club

Obtenir les moyens de nos ambitions qui sont de permettre à nos jeunes de s'épanouir au sein d'un Club où il fait bon vivre.

Notre ambition : gagner des places au classement élite Water-polo, améliorer notre classement en Natation course, enfin consolider nos places de 1er Club en Nage avec palmes et 1er Club en Natation synchronisée.

### 4 - Une déception

La piscine Virginie DEDIEU de FUYEAU, n'a pas ouvert ses portes cet été comme prévu.

Le CSU ferme pour travaux à partir du 05 décembre 2011 pour 1 an. De ce fait, nous manquons cruellement de créneaux malgré la volonté de la CPA de nous aider.

Les horaires proposés ne s'inscrivent pas toujours avec l'emploi du temps de nos plus jeunes. Nous avons une perte de licenciés significative qui pèsera sur notre résultat 2011/2012.

# Carnet de liaison ...

## Assemblée générale ordinaire du club (suite)

### 5 - Un encouragement

Notre projet en accord avec la direction du CREPS, consistant à construire une piscine avec le concours technique de la Fédération.

D'importantes sommes sont inscrites aux budgets prévisionnels de la C.P.A. pour la construction d'un centre nautique à Venelles, qui verra le jour après FUVEAU et pour la rénovation du parc existant.

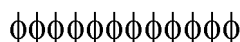


### 6 – Conclusion

Voici, mes chers amis, un rapide tour d'horizon concernant l'année 2010/2011. Nous sommes plus que jamais à votre écoute.

Je suis convaincu qu'avec le concours de l'ensemble des acteurs privés, publics, bénévoles, entraîneurs et vous parents, nous donnerons les moyens à nos enfants de s'épanouir et de faire perdurer nos excellents résultats.

**Merci à toutes et à tous et bonne année sportive.**



Au cours de cette assemblée, 3 nageurs de notre section ont été récompensés pour leur travail et leurs brillants résultats :

### Agathe VERRO ( Meilleure Sportive)



Le petit mot de son entraîneur Fanny LECLERCQ : « Après une opération du genou il y a quelques années, Agathe a su faire preuve de motivation.

La saison passée elle a travaillé dur, malgré le niveau national qui monte sans cesse dans sa catégorie. Après un bon début de saison, les temps ont été prometteurs, mais une qualification aux championnats de France cadets semblait difficile à atteindre.

Avec la persévérance dont elle sait faire preuve, elle a atteint cet objectif sur deux courses et s'est entraînée pour terminer l'année en beauté avec une première place en finale B aux championnats de France cadets et une belle 9ème place au ranking 17 ans sur 50m pap. Cette finale lui a ouvert les portes pour les Championnats de France jeunes en petit bassin qui auront lieu mi-décembre, et lui ouvre la voie vers une belle saison au cours de laquelle on espère une qualification aux Championnats de France nationale 2 et Championnats de France jeunes en grand bassin ».

# Carnet de liaison ...

## Assemblée générale ordinaire du club (suite)

### Harry STACEY ( Meilleur Espoir)



Le petit mot de son entraîneur Benjamin BOURGUET : « La saison passée, en poussin, il a gagné la coupe Guy ECHARD à Istres , 2 épreuves au Challenge SPEEDO de Nice et s'est qualifié pour la finale nationale à Toulouse où il a gagné le 100m dos et pris deux 2ème place en 100m Pap et 100m NI. Il a pris le record du club 11ans à deux reprises sur 100nl !!!!!

Cette année en benjamin, il s'entraîne encore plus dur, 5 fois par semaine avec de réelles ambitions nationales ».

### Frédéric CHEVALLOT ( Meilleur Esprit Sportif)



Le petit mot de ses entraîneurs Eric GRAILLE et Fanny LECLERCQ: « Fred s'est licencié au club en 2002. Depuis, il nage avec l'équipe 1 où il est un exemple sur le plan de l'assiduité, de la volonté et du travail.

Il n'a jamais hésité à pousser et à encourager les nageurs qui partagent sa ligne d'eau.

En Master Fred c'est: une 4ème place aux Championnats du Monde - 3 records de France - 41 podiums aux Championnats de France dont 11 titres.

Fred : Merci

# Carnet de liaison spécial Masters

## Interclubs des Maîtres

Pour la deuxième année, les maîtres ont leur propre classement national qui repose sur 3 thèmes :

un trophée Elite établi à l'issue des championnats de France Hiver et Eté, un classement des compétiteurs ( chaque meilleure performance de chaque nageur rapportant au club un certain nombre de points à la table de cotation pondérée) et les Interclubs régionaux.

L'an dernier, nous étions 16ème club français. Un moyen important d'améliorer ce classement est de marquer le plus grand nombre possible de points aux Interclubs régionaux. Mais pour cela, **il faut y engager le plus grand nombre possible d'équipes**. Dans chaque équipe de 10, la répartition nageurs, nageuses est libre. Chacun et chacune marque des points en fonction de sa performance et de sa catégorie, en individuel comme en relais.

Cette année, ces Interclubs régionaux auront lieu le **dimanche 11 Décembre**. C'est un moment important de la saison d'hiver qui se déroule toujours dans la bonne humeur et la convivialité. Nous y avons toujours engagé au moins une équipe, souvent deux. **Cette année, nous comptons sur vous tous pour constituer au moins 3 équipes !** Voire 4 ??

**N'hésitez pas à en parler avec vos entraîneurs et réservez votre dimanche !!!!!**

φφφφφφφφφφφφφφ

## Soirée "Beau\_s"

Notre seul nageur Master « e-swimmer » dont nous ne citerons pas le nom, mais les nageurs concernés le reconnaîtront, a lancé une charmante invitation pour le 18 novembre, que nous ne pouvons vous retranscrire car de jeunes nageurs lisent notre journal. Merci de lui répondre avant le 12 novembre, pour faciliter l'organisation de cette soirée et venez nombreux participer à ce Championnat très particulier !!!!!

**Nous comptons sur vous tous Masters pour donner votre réponse à Didier PADOVANI ( Oups nous avons cité son nom !!!!!)**

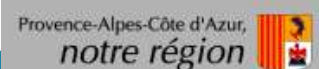
**Cette compétition se déroulera au bureau à Yves BLANC.**

# Carnet de liaison ...

## Mécénat et sponsoring

👉 Merci à nos principaux partenaires et sponsors :

### Partenaires collectivités locales



### Partenaires ou mécènes premiers



👉 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.

# Carnet de liaison ...

## Liste des piscines

Vous trouverez ci-dessous la liste et adresses des piscines auxquelles vous serez amenés à vous rendre cette saison.

Piscines	
Ville	Adresse
ALLAUCH	Complexe sportif - Avenue Salvator Allende
ARLES	Piscine Bertier - Avenue Stalingrad
AUBAGNE	Piscine le Charrel - Route Fenestrelles
BERRE	Piscine Claude Jouve – Avenue du 8 mai 1945
BOUC-BEL-AIR	Piscine Guy Drut – Quartier Montmaury – Rue Baou Traouca
FOS-SUR-MER	Stade Nautique - Avenue René Cassin
GAP	Stade Nautique - Rue Fontreyne
LES PENNES-MIRABEAU	Piscine Grand Verger l'Agavon - RN113
ISTRES	Stade nautique - Avenue Félix Bouin
LA CIOTAT	Avenue Jules Ferry
MARIGNANE	Piscine la Pausa - Bd de la Signore
MARTIGUES	Avenue Président Salvator Allende
MIRAMAS	Bd Saint Exupéry
SALON	Avenue Paul Bourret
ST-MARTIN-DE-CRAU	Avenue Nostradamus
VITROLLES	Quartier le Liourat - Rue Louis Pasteur

# Le coin des Nageurs !!!

## Photos Groupe Pré-Compétition



Entraîneur : Eric GRAILLE

Nageurs du

Groupe:

Carla CAMPANELLI  
Elisa FOURNIER  
Clémence HAZARD  
Lucie LASNEL  
Chloé LEPELLETIER  
Ansa LUDIVINE  
Alexandra MARASSE

Paul CROUZAT  
Nicolas JOUVE  
Louis LECOMTE  
Patrick MAGGS  
Arthur MAILLARD  
Adrien ROMILLAT  
Rémy VEDOVA  
Basile VERWEIRDE

# Le coin des Nageurs

## Ranking Messieurs bassin de 25m

Vous trouverez ci-dessous 2 tableaux récapitulant les meilleures performances françaises 2010-2011 en bassin de 25 mètres pour les différentes nages, à partir de 12 ans. Nous avons recherché ces résultats pour les places 1, 8, 50, 100 et 200 afin de vous donner un ordre d'idée.

Messieurs		50 NL	100 NL	200 NL	400 NL	800 NL	1500 NL	50 Dos	100 Dos	200 Dos
1	12	28.41	1:00.00	2:09.81	4:50.08	9:49.54	18:57.47	30.03	1:08.06	2:30.05
	13	26.20	56.57	2:10.07	4:33.01	9:27.28	18:48.87	29.86	1:04.73	2:21.10
	14	25.31	54.70	1:58.85	4:20.92	8:54.05	17:24.30	28.53	1:01.97	2:15.78
	15	24.48	54.47	1:56.27	4:08.13	8:28.66	16:01.23	28.46	1:00.56	2:09.90
	16	24.13	52.02	1:52.65	3:59.51	8:08.60	15:26.02	27.32	59.15	2:04.42
	17	23.71	52.07	1:53.32	3:56.25	8:09.99	15:18.04	26.39	56.50	2:00.99
	TC	20.81	45.97	1:41.95	3:39.91	7:39.96	14:37.94	23.16	49.80	1:52.45
8	12	29.61	1:02.84	2:22.55	4:59.30	10:22.44	20:45.58	33.90	1:12.40	2:41.69
	13	27.28	59.00	2:12.99	4:41.58	9:39.89	19:26.16	31.29	1:08.27	2:29.66
	14	26.36	57.11	2:04.86	4:26.22	9:26.68	17:52.55	30.20	1:04.69	2:18.35
	15	25.53	55.57	2:00.31	4:16.07	9:05.48	16:53.62	29.06	1:01.82	2:14.01
	16	24.68	53.68	1:56.82	4:08.28	8:56.72	16:22.29	28.23	59.89	2:09.41
	17	24.60	53.32	1:56.11	4:02.19	8:38.55	16:11.05	27.78	59.03	2:08.79
	TC	22.14	47.94	1:48.12	3:52.76	8:07.76	15:21.21	25.40	53.34	1:57.61
50	12	31.05	1:07.17	2:34.04	5:13.24	10:49.93	24:30.17	35.79	1:18.56	2:55.10
	13	28.72	1:01.80	2:21.18	4:56.93	10:04.05	20:46.52	33.32	1:12.58	2:40.69
	14	27.54	59.71	2:11.38	4:42.11	10:13.63	18:49.32	32.16	1:08.69	2:27.37
	15	26.45	57.60	2:05.71	4:29.53	9:54.86	18:01.27	30.94	1:05.04	2:20.72
	16	25.72	56.00	2:02.84	4:22.86	9:38.45	17:33.77	30.05	1:04.38	2:17.65
	17	25.48	55.07	2:01.42	4:19.21	9:41.15	17:26.16	29.61	1:03.34	2:17.68
	TC	23.60	51.43	1:52.65	4:02.14	8:40.20	16:09.88	27.07	57.90	2:06.40
100	12	31.87	1:08.66	2:38.53	5:24.03	11:10.23		36.90	1:21.29	3:03.12
	13	29.41	1:03.43	2:26.00	5:05.40	10:20.51	22:20.29	34.16	1:14.28	2:47.95
	14	27.97	1:00.99	2:14.56	4:48.13	10:43.66	19:27.87	33.21	1:11.05	2:33.18
	15	26.85	58.76	2:08.46	4:38.00	10:27.42	18:37.00	31.91	1:07.68	2:26.77
	16	26.26	57.31	2:05.67	4:30.66	10:25.52	18:18.81	31.29	1:06.90	2:25.14
	17	25.93	56.66	2:04.99	4:28.70	10:56.51	18:17.35	30.70	1:05.46	2:23.25
	TC	24.05	52.27	1:55.52	4:07.82	9:04.77	16:41.50	28.00	59.27	2:09.90
200	12	32.87	1:11.21	2:46.47	5:37.54	11:38.64		38.14	1:24.98	3:16.71
	13	30.30	1:05.64	2:33.44	5:15.20	10:42.95	28:52.65	35.30	1:17.98	2:59.52
	14	28.72	1:02.92	2:18.77	4:59.26	12:07.23	20:31.48	34.65	1:14.49	2:41.93
	15	27.58	1:00.20	2:12.76	4:48.09	11:48.26	19:34.97	33.19	1:10.78	2:35.31
	16	26.96	58.87	2:10.99	4:44.27	16:58.03	19:46.78	32.64	1:10.33	2:35.94
	17	26.65	58.09	2:10.52	4:43.58		20:00.20	32.36	1:09.52	2:38.81
	TC	24.51	53.35	1:57.81	4:15.06	9:30.59	17:17.06	28.91	1:01.17	2:14.01

"Les aptitudes sont ce que vous pouvez faire. La motivation détermine ce que vous faites. Votre attitude détermine votre degré de réussite." (Lou Holtz)

La natation est un sport difficile, certes, mais la politique fédérale est claire sur de nombreux points : pour atteindre le meilleur niveau, il faut suivre un chemin semé de difficultés qui sont des exigences élevées pour chaque nageur.

C'est pour ces raisons qu'il est important d'être motivé et de faire les choses sérieusement. Nous comptons sur les nageurs pour suivre le bon chemin et rester motivés tout au long de la saison, tout en conciliant leur vie scolaire, étudiante ou professionnelle, et en ne perdant pas de vue le niveau national qui reste la meilleure référence quant à leur niveau.

# Le coin des Nageurs III

## Ranking Messieurs bassin de 25m (suite)


Messieurs		50 Br	100 Br	200 Br	50 Pap	100 Pap	200 Pap	100 4N	200 4N	400 4N
1	12	36.36	1:16.06	2:55.01	31.63	1:10.16	2:41.86	1:10.90	2:24.83	5:23.08
	13	33.31	1:10.52	2:38.17	28.85	1:04.22	2:28.65	1:07.94	2:21.72	5:12.88
	14	32.59	1:09.98	2:30.94	27.01	1:01.42	2:17.88	1:04.24	2:14.68	4:55.17
	15	30.78	1:05.20	2:23.86	26.79	58.29	2:08.93	1:02.03	2:08.66	4:38.97
	16	29.61	1:04.68	2:21.35	26.19	57.16	2:08.00	59.67	2:07.86	4:31.66
	17	29.43	1:04.37	2:21.98	25.69	56.27	2:05.62	58.90	2:08.52	4:28.10
	TC	27.10	58.42	2:05.68	22.85	51.62	1:54.75	53.52	1:57.24	4:09.05
8	12	38.27	1:22.65	3:04.58	32.45	1:14.88	2:55.33	1:17.26	2:39.02	5:43.71
	13	35.50	1:16.68	2:52.40	29.94	1:06.86	2:37.16	1:11.54	2:27.72	5:19.70
	14	33.49	1:12.64	2:36.55	28.96	1:05.22	2:22.89	1:08.02	2:22.42	5:01.85
	15	32.70	1:10.55	2:32.18	27.62	1:01.04	2:16.27	1:04.49	2:17.14	4:54.74
	16	31.47	1:08.61	2:29.25	27.00	59.40	2:13.09	1:02.81	2:13.47	4:42.28
	17	31.34	1:08.23	2:27.11	26.71	58.53	2:08.67	1:02.65	2:11.34	4:34.93
	TC	28.24	1:01.29	2:14.38	24.10	53.56	1:59.00	55.45	2:01.31	4:20.00
50	12	40.67	1:29.93	3:20.30	34.59	1:19.60	3:16.35	1:22.33	2:46.70	5:59.54
	13	37.37	1:21.18	3:04.30	31.82	1:12.34	2:57.79	1:15.92	2:34.09	5:33.77
	14	35.63	1:18.00	2:49.98	30.39	1:08.68	2:33.91	1:11.96	2:29.39	5:23.0
	15	34.23	1:14.46	2:43.51	29.13	1:05.62	2:26.89	1:08.41	2:23.21	5:10.66
	16	33.70	1:13.20	2:40.59	28.34	1:02.92	2:22.99	1:06.31	2:21.42	5:00.97
	17	33.01	1:11.90	2:39.20	28.01	1:02.67	2:23.69	1:05.82	2:20.08	4:57.00
	TC	30.20	1:04.92	2:22.67	25.77	56.74	2:08.60	59.95	2:24.64	4:33.87
100	12	42.08	1:33.28	3:27.68	35.62	1:23.25	3:36.48	1:25.42	2:08.52	6:10.83
	13	38.40	1:24.57	3:12.84	32.93	1:14.99	3:09.30	1:18.77	2:38.69	5:43.25
	14	36.86	1:20.49	2:55.58	31.55	1:11.30	2:43.40	1:14.09	2:33.25	5:32.28
	15	35.53	1:17.84	2:49.80	29.92	1:07.63	2:33.09	1:10.74	2:26.65	5:18.34
	16	34.72	1:15.72	2:47.15	29.15	1:04.91	2:32.17	1:08.80	2:25.31	5:12.72
	17	34.32	1:15.41	2:50.12	28.70	1:04.35	2:34.68	1:08.12	2:24.37	5:08.89
	TC	30.93	1:06.92	2:26.98	26.42	58.10	2:13.25	1:02.03	2:11.95	4:43.12
200	12	43.57	1:37.13	3:39.91	37.26	1:29.01	-	1:29.47	2:56.50	6:23.51
	13	40.05	1:28.99	3:23.53	34.18	1:20.03	3:32.66	1:22.79	2:43.94	5:55.15
	14	38.73	1:24.67	3:04.99	32.73	1:15.87	2:56.09	1:17.67	2:38.55	5:49.08
	15	37.05	1:21.59	3:00.95	31.04	1:11.20	2:45.36	1:14.49	2:32.26	5:34.90
	16	36.29	1:20.23	2:59.70	30.03	1:08.46	2:53.66	1:12.29	2:30.24	5:31.88
	17	36.26	1:20.19	3:08.94	29.78	1:07.86	3:09.95	1:12.98	2:31.13	5:28.31
	TC	31.86	1:09.17	2:32.74	27.02	59.60	2:17.44	1:04.00	2:15.61	4:52.19

# Le coin des Nageurs !!!

## Ranking Messieurs bassin de 25m Aixois

Nom	12 ans		13 ans		14 ans		15 ans		16 ans		17 ans		TC	
	Place	Temps	Place	Temps	Place	Temps	Place	Temps	Place	Temps	Place	Temps	Place	Temps
<b>50 NL</b>														
LASNEL Etienne			110	29.43										
STACEY Luke			112	29.45										
COURNON Guillaume					151	28.35								
<b>100 NL</b>														
STACEY Luke			23	1:00.13										
CAYETTE Germain													33	50.73
<b>200 NL</b>														
CAYETTE Germain													109	1:55.68
LASNEL Etienne			159	2:31.11										
MARTIN Julien					163	2:17.36								
<b>800 NL</b>														
MARTIN Julien					120	10:58.23								
COURNON Guillaume					151	11:31.87								
LAGIER-LOMER Lois					184	11:51.50								
DURAND Emeric							183	11:31.81						
<b>1500 NL</b>														
MARTIN Julien					58	18:56.43								
COURNON Guillaume					124	19:42.87								
<b>50 Dos</b>														
STACEY Luke			84	33.82										
COURNON Guillaume					42	31.90								
DURAND Emeric							152	32.55						
<b>100 Dos</b>														
STACEY Luke			136	1:15.92										
LASNEL Etienne			146	1:16.32										
COURNON Guillaume					73	1:09.96								
CAYETTE Germain													161	1:00.53
<b>200 Dos</b>														
LASNEL Etienne			156	2:54.60										
<b>50 Brasse</b>														
ABERLENC Florian											189	36.00		
<b>200 Brasse</b>														
MISSONNIER Cyril													173	2:31.41
<b>50 Papillon</b>														
MARTIN Julien					55	30.57								
ABERLENC Florian										166	29.41			
SYMONDS Thomas													118	26.56
<b>100 Papillon</b>														
MARTIN Julien					122	1:12.75								
CAYETTE Germain													106	58.21
<b>200 Papillon</b>														
ABERLENC Florian											147	2:46.70		
<b>100 4 Nages</b>														
STACEY Luke			60	1:16.59										
LASNEL Etienne			116	1:19.59										
COURNON Guillaume					134	1:15.50								
CAYETTE Germain													147	1:03.13
<b>400 4 Nages</b>														
MARTIN Julien					118	5:35.55								

# A vos agendas

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

Date	Compétitions	Lieu	Niveau	Catégorie	Bassin
05/ 06 novembre 2011	Championnats de France Interclubs	Istres	Poule régionale	Toutes	25
05/ 06 novembre 2011	Championnats de France Interclubs	Fos-sur-Mer	Poule départementale	Toutes	25
11 novembre 2011	Challenge de la ville de Manosque	Manosque	Tous	Avenir à Minimes 1	25
19/ 20 novembre 2011	Meeting Emile Bourut	Marseille Vallier	Régional – 400 nl obligatoire	Minimes et +	25
27 novembre 2011	Challenge des Jeunes	Le Puy-Ste-Réparate	Tous	Avenir à Benjamin	25
2 au 4 décembre 2011	Championnats de France petit bassin	Angers	National – Sélection sur ranking national toutes catégories	Minime et +	25
3 et 4 décembre 2011	Championnats de Provence open 25m	Cassis	Régional – Temps minimum sur 400 nl avant le 20/11 (5'30 filles – 5'15 garçons)	Minime et +	25
11 décembre 2011	Interclubs Régionaux des Maîtres	Fos-sur-Mer	Régional	Masters	25
16 au 18 décembre 2011	Championnats de France Jeunes	Boulogne-sur-Mer	National – Sélection finalistes championnats de France minimes et cadets, 16 premier trophée Lucien Zins	14 à 18 ans	25
16 au 18 décembre 2011	Championnats Interrégional des Jeunes	Bourg-en-Bresse	Interrégional – Grille de qualification	14 à 18 ans	25
18 décembre 2011	Enf 2	Fos-sur-Mer	Enf 1	2004/2005	25
14 et 15 janvier 2012	Meeting départemental	Fos-sur-Mer	Tous	Minime et +	25
20 au 22 janvier 2012	Meeting International FFN	Nancy	National – Série élite	Minime et +	50
22 janvier 2012	1 <sup>ère</sup> Journée du Natathlon	Vitrolles	Tous	Benjamin 1999/2000	25
23 janvier 2012	Trophée Speedo	Nice	Tous	Poussin et Benjamin	25
28 janvier 2012	Biathlon Avenirs Poussins – Coupe Guy Echard	Istres	Tous	Avenir	25
28 et 29 janvier 2012	Meeting Régional	Languedoc	Régional – Grille de qualification	Minimes et +	50
29 janvier 2012	Meeting Interclubs interrégional Masters 25m			Masters	25
29 janvier 2012	Petit Natathlon étape 1	Arles	Tous	Poussins	25
28 et 29 janvier 2012	8 <sup>ème</sup> Meeting National Interclubs des Maîtres	Chalon-sur-Saône	National	Masters	25

# Le "swim tribune" Aixois

## Le 9 octobre : 1ère Journée Départementale Open au Puy-Sainte-Réparate

En Octobre, il ne peut être question de "meilleures" performances. En effet, à cette période de l'année, la charge de travail est importante. Une journée "d'entraînement" donc avec un programme individuel généralement chargé. La journée a été longue mais, la motivation et la bonne humeur étant au rendez-vous, dans l'ensemble tous ont su la gérer au mieux. A ce stade de la saison, ces résultats « au dire des entraîneurs » sont très encourageants. Une première étape réussie vers les objectifs fixés pour la fin de saison !

### Résultats Dames

**50 NL** : 1- VERRO A. (1994) [29.40], 2- NIZIER J. (1998) [29.45], 4- BIANCONE C. (1997) [30.70], 6- SYMONDS A. (1994) [30.92], 7- LAPORTE E. (1991) [31.13], 8- LASTENNET S. (1995) [31.25], 10- CAMPANELLI J. (1995) [31.32], 12- CONSTANTIN C. (1997) [31.86], 14- VINCLAIR A. (1998) [32.05], 20- DUPONT L. (1997) [33.28], 21- COUSIN C. (1995) [33.33], 25- GENARD L. (1998) [33.63], 28- CAPY L. (1997) [33.72], 32- GATTI L. (1999) [34.75], 33- PARISI M. (1997) [34.76], 41- CARETTE-NOORI A. (2000) [36.65], 50- DUSSAUGE J. (2000) [38.78], 51- DEGARAT L. (1999) [39.94], 52- RANNOU M. (1996) [40.57]

**200 NL** : 1- LECLERCQ F. (1984) [2:15.66], 3- CAMPANELLI J. (1995) [2:27.39], 4- LAPORTE E. (1991) [2:29.04], 5- VERRO A. (1994) [2:33.59], 7- CONSTANTIN C. (1997) [2:37.17], 9- BIANCONE C. (1997) [2:37.90], 13- DUPONT L. (1997) [2:43.77], 15- COUSIN C. (1995) [2:44.56]

**800 NL** : 1- LECLERCQ F. (1984) [10:21.89], 3- BIANCONE C. (1997) [10:48.71], 4- CAMPANELLI J. (1995) [10:57.21], 5- VERRO A. (1994) [11:03.34], 8- LAPORTE E. (1991) [11:12.69], 9- CONSTANTIN C. (1997) [11:12.75], 16- LASTENNET S. (1995) [11:23.53], 17- SYMONDS A. (1994) [11:30.12], 21- MAHEU C. (1993) [11:56.12], 23- COUSIN C. (1995) [12:05.56], 24- DUPONT L. (1997) [12:15.39], 25- LASNEL A. (1995) [12:34.51]

**50 Dos** : 1- LECLERCQ F. (1984) [32.45], 2- CONSTANTIN C. (1997) [35.60], 3- LAPORTE E. (1991) [36.54], 4- VINCLAIR A. (1998) [36.78], 7- GENARD L. (1998) [37.23], 9- CAMPANELLI J. (1995) [37.85], 14- DUPONT L. (1997) [40.88], 25- CARETTE-NOORI A. (2000) [44.78], 28- MAHEU C. (1993) [46.57], 29- DUSSAUGE J. (2000) [46.66], 30- DEGARAT L. (1999) [46.89], 32- GATTI L. (1999) [49.33]

**100 Dos** : 1- VERRO A. (1994) [1:17.16], 2- LAPORTE E. (1991) [1:17.18], 3- CONSTANTIN C. (1997) [1:17.70], 5- CAMPANELLI J. (1995) [1:21.17], 9- DUPONT L. (1997) [1:25.61], 11- LASNEL A. (1995) [1:29.53]

**50 Bra** : 2- NIZIER J. (1998) [40.15], 8- COUSIN C. (1995) [43.08], 9- CAPY L. (1997) [43.34], 14- LASNEL A. (1995) [46.34], 15- COMPAGNONE-DELEAU F. (1996) [46.45], 25- RANNOU M. (1996) [51.92]

**200 Bra** : 4- COUSIN C. (1995) [3:19.98]

**50 Pap** : 1- LECLERCQ F. (1984) [29.97], 3- NIZIER J. (1998) [32.20], 4- VERRO A. (1994) [32.37], 5- SYMONDS A. (1994) [33.52], 6- LASTENNET S. (1995) [33.99], 8- BIANCONE C. (1997) [34.50], 13- VINCLAIR A. (1998) [35.59], 15- GENARD L. (1998) [36.16], 18- LASNEL A. (1995) [38.21], 19- CAPY L. (1997) [38.57]

**100 Pap** : 1- LECLERCQ F. (1984) [1:08.59], 2- VERRO A. (1994) [1:18.55], 4- BIANCONE C. (1997) [1:20.31], 6- LASNEL J. (1968) [1:25.50], 8- LASNEL A. (1995) [1:33.30]

**200 4N** : 1- LECLERCQ F. (1984) [2:32.09], 3- NIZIER J. (1998) [2:43.17], 6- CONSTANTIN C. (1997) [2:49.04], 8- LAPORTE E. (1991) [2:49.39], 10- BIANCONE C. (1997) [2:49.92], 14- VINCLAIR A. (1998) [2:53.19], 15- CAMPANELLI J. (1995) [2:54.48], 17- GENARD L. (1998) [2:56.30], 19- CAPY L. (1997) [3:00.44], 22- COUSIN C. (1995) [3:02.09], 33- DUSSAUGE J. (2000) [3:26.73], 35- GATTI L. (1999) [3:31.17], 38- CARETTE-NOORI A. (2000) [3:32.24], 39- DEGARAT L. (1999) [3:34.91],

# Le "swim tribune" Aixois

## Résultats Messieurs

**50 NL** : 4- ABERLENC F. (1994) [27.56], 5- XATART Q. (1992) [27.69], 9- COURNON G. (1997) [28.14], 10- DURAND E. (1996) [28.20], 11- STACEY L. (1998) [28.25], 19- MARTIN J. (1997) [29.34], 22- LASNEL E. (1998) [29.83], 25- GENARD B. (1961) [29.88], 28- CHEVALLOT F. (1960) [30.18], 30- MALERBE-DERAM G. (1997) [30.33], 32- MAGGS S. (1997) [30.48], 33- STACEY H. (2000) [30.51], 36- GIRUZZI P. (1996) [31.07], 38- RODRIGUEZ Y. (1997) [31.48], 39- HAMEL J. (1998) [31.50], 46- SECCHI C. (2000) [33.52], 47- HAZARD G. (2000) [34.34], 48- HAMEL J. (2000) [34.39], 50- CAPY C. (2000) [35.04], 52- BLANC L. (1999) [35.84], 55- VERRON T. (1997) [36.24], 58- GARREAU N. (1999) [37.36], 60- MEYSENQ M. (2000) [37.49], 61- LAGIER-LOMER A. (1997) [37.80], 63- FLORENS A. (2000) [38.10], 68- LARROQUE P. (2000) [39.80]

**200 NL** : 1- XATART Q. (1992) [2:09.69], 3- MISSONNIER C. (1992) [2:14.20], 5- ABERLENC F. (1994) [2:22.90], 7- DURAND E. (1996) [2:23.55], 8- CHEVALLOT F. (1960) [2:23.62], 11- PADOVANI D. (1967) [2:26.06], 16- GIRUZZI P. (1996) [2:36.39]

**800 NL** : 1- XATART Q. (1992) [9:35.35], 2- CAYETTE G. (1983) [9:36.46], 3- MISSONNIER C. (1992) [10:07.85], 4- CHEVALLOT F. (1960) [10:43.16], 5- ABERLENC F. (1994) [10:52.48], 6- GENARD B. (1961) [10:55.02], 10- DURAND E. (1996) [11:37.63], 13- GIRUZZI P. (1996) [11:57.48]

**1500 NL** : 8- PADOVANI D. (1967) [20:51.46]

**50 Dos** : 1- CAYETTE G. (1983) [29.52], 6- COURNON G. (1997) [33.33], 7- STACEY L. (1998) [33.49], 16- HAMEL J. (1998) [34.52], 18- RODRIGUEZ Y. (1997) [35.12], 19- MARTIN J. (1997) [35.28], 21- LASNEL E. (1998) [36.46], 23- STACEY H. (2000) [36.64], 28- SECCHI C. (2000) [39.49], 30- HAZARD G. (2000) [41.00], 33- BLANC L. (1999) [41.76], 35- HAMEL J. (2000) [41.84], 37- LAGIER-LOMER A. (1997) [42.21], 39- CAPY C. (2000) [43.52], 41- GARREAU N. (1999) [44.68], 44- FLORENS A. (2000) [46.74], 45- LARROQUE P. (2000) [47.68], 49- MEYSENQ M. (2000) [49.26]

**100 Dos** : 5- SOL J. (2000) [1:12.00], 11- RODRIGUEZ Y. (1997) [1:20.34],

**50 Bra** : 1- MISSONNIER C. (1992) [34.16], 2- FAGES D. (1975) [34.20], 9- MAGGS S. (1997) [38.50], 13- CHEVALLOT F. (1960) [39.40], 15- MALERBE-DERAM G. (1997) [39.46], 18- RODRIGUEZ Y. (1997) [40.38], 20- LASNEL E. (1998) [41.54]

**200 Bra** : 1- MISSONNIER C. (1992) [2:46.11], 7- CHEVALLOT F. (1960) [3:11.29]

**50 Pap** : 1- CAYETTE G. (1983) [26.78], 2- FAGES D. (1975) [28.88], 3- ABERLENC F. (1994) [29.51], 4- MISSONNIER C. (1992) [29.56], 10- DURAND E. (1996) [30.66], 16- MARTIN J. (1997) [31.77], 18- COURNON G. (1997) [32.15], 19- STACEY L. (1998) [32.68], 20- RODRIGUEZ Y. (1997) [33.19], 23- MAGGS S. (1997) [34.25], 25- GIRUZZI P. (1996) [35.23], 26- HAMEL J. (1998) [35.32]

**100 Pap** : 1- CAYETTE G. (1983) [1:02.48], 3- MISSONNIER C. (1992) [1:11.40], 4- ABERLENC F. (1994) [1:11.53], 7- DURAND E. (1996) [1:14.52], 16- ABERLENC F. (1994) [2:41.34], 17- COURNON G. (1997) [2:44.11], 18- CHEVALLOT F. (1960) [2:44.23],

**200 4N** : 1- CAYETTE G. (1983) [2:22.14], 2- XATART Q. (1992) [2:25.45], 3- MISSONNIER C. (1992) [2:25.81], 4- SOL J. (2000) [2:28.90], 5- FAGES D. (1975) [2:29.90], 12- MARTIN J. (1997) [2:37.75], 13- DURAND E. (1996) [2:40.95], 21- STACEY L. (1998) [2:46.25], 23- GENARD B. (1961) [2:49.21], 27- STACEY H. (2000) [2:52.72], 29- LASNEL E. (1998) [2:53.87], 31- MAGGS S. (1997) [2:54.80], 32- GIRUZZI P. (1996) [2:54.90], 33- MALERBE-DERAM G. (1997) [2:57.92], 34- HAMEL J. (1998) [2:58.33], 37- SECCHI C. (2000) [3:02.66], 43- LAGIER-LOMER A. (1997) [3:09.51], 46- HAMEL J. (2000) [3:14.30], 47- BLANC L. (1999) [3:14.39], 49- CAPY C. (2000) [3:18.54], 51- HAZARD G. (2000) [3:21.76], 52- GARREAU N. (1999) [3:31.06], 57- MEYSENQ M. (2000) [3:45.98], 58- FLORENS A. (2000) [3:47.39], 59- LARROQUE P. (2000) [3:48.16]

# Le "swim tribune" Aixois

## Le 16 octobre : 2<sup>ème</sup> Journée Départementale Open à Arles

Arles : retour aux fondamentaux !

En natation, il y a un incontournable. Les premières années de travail, les premiers mois de la saison doivent être axés sur l'aérobie et le demi-fond. La progression future dépendra de la solidité de ce socle, la "spécialisation" ne venant que plus tard. Aussi, cette année les nageurs doivent satisfaire à de nouvelles règles pour accéder au programme des Championnats Régionaux petit bassin. Nager un 400 libre, en moins de 5'15 pour les garçons et 5'30 pour les filles. Dimanche dernier à Arles, c'était l'objectif pour les nageurs du PAN. 18 d'entre eux (10 garçons, 8 filles) se sont qualifiés pour ceux de Décembre.



Une journée qui laisse donc présager de bons résultats aux Interclubs de début Novembre. Pour cela, il va quand même – et oui !, falloir continuer à être assidus et rigoureux à l'entraînement.

Et un grand merci aux parents qui ont pallié à la défaillance de dernière minute du mini bus.

### Résultats Dames

**100 NL** : 1- LECLERCQ F. (1984) [1:01.40], 3- JULIEN C. (1997) [1:05.10], 4- NIZIER J. (1998) [1:05.56], 7- CAMPANELLI J. (1995) [1:06.99], 9- BIANCONE C. (1997) [1:07.39], 12- LAPORTE E. (1991) [1:07.78], 13- CONSTANTIN C. (1997) [1:07.81], 19- LASTENNET S. (1995) [1:09.41], 22- GENARD L. (1998) [1:10.58], 28- VINCLAIR A. (1998) [1:11.39], 30- COUSIN C. (1995) [1:12.82], 32- LASNEL A. (1995) [1:13.45], 40- DUPONT L. (1997) [1:14.57], 44- PERROT V. (1983) [1:15.54], 51- CAPY L. (1997) [1:16.95], 53- GATTI L. (1999) [1:18.36], 72- DEGARAT L. (1999) [1:25.80], 73- CARETTE-NOORI A. (2000) [1:27.14], 74- VIDAILLAN E. (1997) [1:27.26], 75- DUSSAUGE J. (2000) [1:27.54], 80- LAMBERT M. (1999) [1:29.80], 85- RANNOU M. (1996) [1:33.54], 86- MAGGS I. (1999) [1:39.44], 87- PLATONOFF G. (1999) [1:42.10], 89- WAEYTENS M. (1999) [1:50.72], 91- FABRE A.-L. (1999) [1:52.74]

**400 NL** : 1- LECLERCQ F. (1984) [4:55.07], 7- JULIEN C. (1997) [5:14.85], 10- NIZIER J. (1998) [5:15.94], 12- CONSTANTIN C. (1997) [5:17.88], 13- CAMPANELLI J. (1995) [5:18.49], 16- BIANCONE C. (1997) [5:20.81], 17- LAPORTE E. (1991) [5:21.12], 25- VINCLAIR A. (1998) [5:29.46], 26- LASTENNET S. (1995) [5:32.88], 32- COUSIN C. (1995) [5:40.50], 34- GENARD L. (1998) [5:40.96], 38- DUPONT L. (1983) [5:44.98], 45- CAPY L. (1997) [5:50.21], 48- LASNEL A. (1995) [5:58.81]

**200 Dos** : 1- CONSTANTIN C. (1997) [2:39.01], 5- LAPORTE E. (1991) [2:47.64], 7- CAMPANELLI J. (1995) [2:49.20]

**100 Bra** : 6- COUSIN C. (1995) [1:30.87], 7- PERROT V. (1983) [1:31.43], 30- GATTI L. (1999) [1:47.78], 32- RANNOU M. (1996) [1:48.78], 36- DUSSAUGE J. (2000) [1:51.17], 37- FABRE A.-L. (1999) [1:51.22], 39- MAGGS I. (1999) [1:54.76], 40- CARETTE-NOORI A. (2000) [1:56.99], 41- DEGARAT L. (1999) [1:59.84]

# Le "swim tribune" Aixois

**100 4N** : 1- LECLERCQ F. (1984) [1:09.64], 2- JULIEN C. (1997) [1:14.07], 4- LAPORTE E. (1991) [1:17.66], 10- CONSTANTIN C. (1997) [1:18.99], 14- CAMPANELLI J. (1995) [1:20.32], 17- GENARD L. (1998) [1:21.10], 20- VINCLAIR A. (1998) [1:22.00], 23- COUSIN C. (1995) [1:23.54], 27- CAPY L. (1997) [1:24.75], 29- DUPONT L. (1983) [1:26.19], 54- GATTI L. (1999) [1:35.11], 59- DUSSAUGE J. (2000) [1:37.74], 63- DEGARAT L. (1999) [1:39.46], 69- CARETTE-NOORI A. (2000) [1:41.05], 73- MAGGS I. (1999) [1:47.20]

**400 4N** : 4- JULIEN C. (1997) [5:54.95], 5- CONSTANTIN C. (1997) [5:55.22], 15- GENARD L. (1998) [6:10.60], 20- CAPY L. (1997) [6:30.75]

## Résultats Messieurs

**100 NL** : 1- CAYETTE G. (1983) [53.03], 5- TAA Y. (1990) [57.67], 10- XATART Q. (1992) [58.89], 12- MISSONNIER C. (1992) [59.69], 17- ABERLENC F. (1994) [1:00.92], 18- STACEY L. (1998) [1:01.28], 19- MARTIN J. (1997) [1:01.72], 32- COURNON G. (1997) [1:03.59], 35- CHEVALLOT F. (1960) [1:04.02], 44- GENARD B. (1961) [1:05.83], 46- LASNEL E. (1998) [1:06.46], 48- STACEY H. (2000) [1:07.37], 53- HAMEL J. (1998) [1:08.18], 59- RODRIGUEZ Y. (1997) [1:09.70], 62- MAGGS S. (1997) [1:10.30], 69- GONZALES L. (1999) [1:13.26], 71- CONTAT J. (1984) [1:13.33], 74- KADRI E. (1997) [1:13.46], 78- SECCHI C. (2000) [1:14.17], 82- CAPY C. (2000) [1:17.86], 84- HAMEL J. (2000) [1:18.29], 88- MICHEL P. (2000) [1:21.18], 96- LARROQUE P. (2000) [1:27.98], 97- GARREAU N. (1999) [1:28.29], 98- MEYSENQ M. (2000) [1:28.79], 99- FLORENS A. (2000) [1:29.61], 116- QUIGNARD-LEFEVRE L. (2000) [1:41.83]

**400 NL** : 1- CAYETTE G. (1983) [4:26.37], 6- XATART Q. (1992) [4:38.43], 8- TAA Y. (1990) [4:39.40], 9- MISSONNIER C. (1992) [4:45.57], 18- MARTIN J. (1997) [4:50.73], 25- CHEVALLOT F. (1960) [5:04.19], 26- STACEY L. (1998) [5:04.22], 27- ABERLENC F. (1994) [5:04.70], 32- COURNON G. (1997) [5:07.73], 35- HAMEL J. (1998) [5:09.99], 38- GENARD B. (1961) [5:11.44], 50- LASNEL E. (1998) [5:17.64], 55- STACEY H. (2000) [5:23.08], 72- MAGGS S. (1997) [5:42.46]

**200 Dos** : 14- TAA Y. (1990) [2:48.46]

**100 Bra** : 2- MISSONNIER C. (1992) [1:13.10], 17- CHEVALLOT F. (1960) [1:27.01], 21- KADRI E. (1997) [1:29.73], 22- RODRIGUEZ Y. (1997) [1:30.09], 28- SECCHI C. (2000) [1:40.10], 30- GONZALES L. (1999) [1:40.97], 32- MICHEL P. (2000) [1:43.48], 35- HAMEL J. (2000) [1:47.50], 37- CAPY C. (2000) [1:52.21], 38- GARREAU N. (1999) [1:55.41], 39- FLORENS A. (2000) [1:56.28], 41- QUIGNARD-LEFEVRE L. (2000) [2:00.51], 42- LARROQUE P. (2000) [2:05.51], 43- MEYSENQ M. (2000) [2:06.06]

**200 Pap** : 2- XATART Q. (1992) [2:31.88], 7- ABERLENC F. (1994) [2:48.34]

**100 4N** : 2- MISSONNIER C. (1992) [1:06.82], 5- TAA Y. (1990) [1:08.08], 6- XATART Q. (1992) [1:08.31], 10- BOURGUET B. (1985) [1:10.35], 7- ABERLENC F. (1994) [1:11.23], 23- MARTIN J. (1997) [1:13.90], 25- STACEY L. (1998) [1:14.77], 29- COURNON G. (1997) [1:15.73], 33- GENARD B. (1961) [1:16.59], 37- MAGGS S. (1997) [1:17.19], 38- HAMEL J. (1998) [1:18.06], 42- STACEY H. (2000) [1:18.98], 46- LASNEL E. (1998) [1:19.86], 50- RODRIGUEZ Y. (1997) [1:20.71], 57- KADRI E. (1997) [1:23.51], 58- SECCHI C. (2000) [1:23.71], 71- CAPY C. (2000) [1:30.11], 72- MICHEL P. (2000) [1:30.29], 73- HAMEL J. (2000) [1:31.21], 80- GARREAU N. (1999) [1:36.65], 85- FLORENS A. (2000) [1:41.82], 88- MEYSENQ M. (2000) [1:42.77], 90- LARROQUE P. (2000) [1:44.14], 92- QUIGNARD-LEFEVRE L. (2000) [1:47.01]

**400 4N** : 2- CAYETTE G. (1983) [5:04.99], 4- MISSONNIER C. (1992) [5:15.36], 13- MARTIN J. (1997) [5:39.63], 17- COURNON G. (1997) [5:51.90], 19- STACEY L. (1998) [5:57.43], 22- HAMEL J. (1998) [6:06.07], 25- STACEY H. (2000) [6:12.84], 27- LASNEL E. (1998) [6:20.64], 33- SECCHI C. (2000) [6:29.60]

# Le "swim tribune" Aixois

## Le 23 octobre : Rencontre Open des Maîtres à Fos-sur-Mer

Les Maîtres ont fait leur rentrée.

4, c'est le nombre de courses dans lesquelles étaient engagés la plupart de nos Maîtres dimanche à Fos... Mais la participation plus que faible en ce jour de finale de rugby, a fait que bien souvent, il a fallu enchaîner et enchaîner encore.... 100 dos et 200 libre dans la foulée ou 100 Pap et hop ! 50 libre quand cela n'a pas été 800 libre et hop ! 50 Pap . Malgré tout, tout cela s'est fait dans la bonne humeur, chacun a "assuré" et au bout de la journée, des résultats encourageants à 15 jours des Interclubs toutes catégories pour lesquels nombre d'entre eux ont leur place dans les équipes de "jeunes".



### Résultats Dames

**50 NL : C3 : 1- DUSSAUGE H. (1974) [33.19]**

**200 NL : C1 : 1- PERROT V. (1983) [2:51.56]**

**C2 : 1- PIMBERT S. (1978) [2:46.46]**

**800 NL : C7 : 1- BERTRANDIE-SELLIER A. (1956) [13:07.10]**

**50 Dos : C3 : 2- DUSSAUGE H. (1974) [39.58]**

**100 Dos : C2 : 2- PIMBERT S. (1978) [1:27.46]**

**100 Bra : C7 : 1- BERTRANDIE-SELLIER A. (1956) [1:43.22]**

**200 Bra : C1 : 1- PERROT V. (1983) [3:22.12]**

**50 Pap : C3 : 1- DUSSAUGE H. (1974) [39.80]**

**C7 : 1- BERTRANDIE-SELLIER A. (1956) [40.11]**

**100 Pap : C4 : 1- LASNEL J. (1968) [1:24.15]**

**200 Pap : C4 : 1- LASNEL J. (1968) [3:11.68]**

**100 4N : C1 : 2- PERROT V. (1983) [1:27.05]**

**C3 : 1- DUSSAUGE H. (1974) [1:26.78]**

**C7 : 1- BERTRANDIE-SELLIER A. (1956) [1:31.98]**

**Relais 4 x 50 NL : R3 : 1 - LASNEL J. (1968) [2:16.93]**

**DUSSAUGE H. (1974)**

**BERTRANDIE-SELLIER A. (1956)**

**PIMBERT S. (1978)**

# Le "swim tribune" Aixois

## Résultats Messieurs

- 50 NL** : C1 : 3 - CONTAT J. (1984) [31.16], 4- BOURGUET B. (1985) [31.52]  
C3 : 1- HUOT MARCHAND C. (1973) [27.64], 5- GARREAU O. (1973) [31.38]  
C5 : 1- MAILLAUT P. (1963) [29.57]
- 100 NL** : C2 : 1 - JAUBERT S. (1980) [1:00.30], 4 - OLTRA M. (1980) [1:09.64]  
C3 : 1 - GARREAU O. (1973) [1:07.96]  
C4 : 1 - PADOVANI D. (1967) [1:05.21]
- 400 NL** : C4 : 2- PADOVANI D. (1967) [5:06.81]
- 50 Dos** : C5 : 1- MAILLAUT P. (1963) [32.93]
- 100 Dos** : C3 : 1 - GARREAU O. (1973) [1:28.81]  
C5 : 1- MAILLAUT P. (1963) [1:10.77]
- 100 Bra** : C1 : 1 - CONTAT J. (1984) [1:31.40]  
C3 : 1- FAGES D. (1975) [1:15.36], 2 - GARREAU O. (1973) [1:30.02]
- 50 Pap** : C2 : 1 - OLTRA M. (1980) [32.90]  
C3 : 2 - HUOT MARCHAND C. (1973) [32.78]
- 100 Pap** : C2 : 1 - JAUBERT S. (1980) [1:12.16]
- 100 4N** : C2 : 2 - OLTRA M. (1980) [1:20.74]  
C3 : 1- FAGES D. (1975) [1:07.23], 3 - HUOT MARCHAND C. (1973) [1:14.09]  
C5 : 1- MAILLAUT P. (1963) [1:13.84]
- 200 4N** : C1 : 1- BOURGUET B. (1985) [2:34.91]  
C2 : 1 - OLTRA M. (1980) [2:57.14]
- Relais 4 x 50 NL** : R2 : 1 - JAUBERT S. (1980) [1:50.18]  
BOURGUET B. (1985)  
MAILLAUT P. (1963)  
HUOT MARCHAND C.

# Le "swim tribune" international

## Londres, c'est déjà demain

Le DTN Christian Donzé a fait le point sur les grandes échéances de la saison, qui s'annonce riche jusqu'aux JO de Londres. Les nouveautés sont significatives.

### Le petit bassin entre parenthèses

Comme le rappelle le DTN, «*cette saison, nous serons jugés sur nos résultats aux JO, pas ailleurs*». Du coup, «*il ne devrait y avoir aucun des nageurs sélectionnés pour Shanghai*» aux championnats d'Europe de Szczecin (8-11/12), reconnaît Lionel Horter, directeur de l'équipe de France. Et les championnats de France d'Angers (2-4/12) seront zappés par les nageurs marseillais (sans doute aux championnats des Pays-Bas) et niçois (aux championnats des Etats-Unis, en compagnie de Rouault), qui s'alignent en grand bassin. Angers accueillera quand même du beau monde, avec notamment Stravius, Bernard, Duboscq et Henique.

### L'esprit à Dunkerque

Tous les nageurs français n'ont qu'un objectif en tête, les championnats de France de Dunkerque, sélectifs pour les JO (18-25/03). Au point de «*ne pas couper durant les fêtes de fin d'année*», selon Horter. Le programme de la compétition sera calqué sur celui des JO, avec réintroduction des demi-finales, supprimées cette année.

### Des critères de sélection à valider

Définis dans les grandes lignes, les minima à réaliser doivent encore être validés fin octobre. Ces chronos de référence devront être établis lors des championnats de France, en séries, demi-finales et finales, selon les épreuves. La Fédération française s'est alignée sur les temps proposés par son homologue internationale, d'un niveau suffisant. «*Cela représente environ le 13 ou 14e chrono des Mondiaux, en moyenne, selon Donzé. Nous aurions pu durcir ces minima mais ils représentent un point de repère suffisant. Et nous ne serons qu'en mars.*» Système simplifié : un seul et même temps pour les prétendants aux deux billets pour les JO.



### Du beau monde aux championnats d'Europe

Programmés à onze semaines des JO, en pleine période de préparation, les championnats d'Europe en grand bassin (21-25/05) devraient quand même être disputés par les qualifiés pour les JO. «*Nous leur proposons des aménagements logistiques*», explique le DTN, qui leur permettront d'être présents à Anvers un minimum de temps. Ils seront accompagnés en Belgique par certains recalés des sélections.

### Des relais densifiés

La sélection définitive pour les JO ne sera validée qu'après les championnats d'Europe. Pour éviter la mésaventure connue aux Mondiaux (relais 4x100m 4 nages masculin éliminé en séries, en raison d'une faiblesse sur 100m papillon), le DTN pourra retenir deux nageurs supplémentaires par relais, «*c'est-à-dire des nageurs n'ayant pas réussi à se qualifier sur une épreuve individuelle, mais ayant quand même réussi des TSO (temps de solidarité olympique, déterminés par la FINA), lors d'une épreuve FINA, sur leur distance, entre le 1er mars et le 1er juin 2012*». Exemple : sur 100m brasse, si Giacomo Perez Dortona ne réussit pas les minima olympiques (1'00"79 en finale) mais quand même les TSO (1'01"51), il pourra être intégré au relais 4 nages, sur son épreuve. Il faudra aussi voir si les relais 4x100m et 4x100m 4 nages femmes se qualifient aussi pour les JO, à l'addition des temps individuels.

# Le "swim tribune" international

## Melissa FRANKLIN dans l'histoire

L'Américaine Melissa Franklin, 16 ans, bat le record du monde du 200m dos en petit bassin (en 2'00"03) à Berlin. Une première chez les femmes depuis la fin des combinaisons, début 2010.

Melissa Franklin continue d'avaloir les obstacles au sprint. Trois mois après avoir conquis cinq médailles aux Mondiaux, dont trois en or (200m dos, relais 4x200m et 4x100m 4 nages), à 16 ans seulement, l'Américaine a écrit une nouvelle page de l'histoire de la natation et volé la vedette à Michael Phelps lui-même, lors d'une journée peu favorable aux Français. Depuis l'interdiction des combinaisons, le 1er janvier 2010, aucun record du monde n'était tombé chez les femmes, aussi bien en grand qu'en petit bassin.

Franklin a confirmé sa nouvelle hégémonie sur le 200m dos en ôtant 15 centièmes au record du monde en petit bassin réalisé en 2009 par la Japonaise Shiho Sakai, déjà à Berlin. Elle a devancé l'Australienne Belinda Hocking (2'01"24) et la Britannique Elizabeth Simmonds (2'02"54). En décembre dernier, Franklin terminait 2e du 200m dos des Mondiaux en petit bassin de Dubaï (en 2'02"01), derrière Alexiane Castel (2'01"67). Dix mois plus tard, elle est déjà sans rivale sur la distance.



Pays : USA

Age : 16 ans

Date de naissance : 10 mai 1995

Lieu de naissance : Pasadena (USA)

Taille : 1m85

Taille pieds : Du 46

Spécialités : 50, 100 et 200m dos, 200 4 nages

## Berlin : l'ordre est rétabli

**Les pointures Phelps (double vainqueur), Biedermann, Alshammar et la prodige Franklin n'ont pas été inquiétés à Berlin. Rouault a sauvé l'honneur des Bleus et enlevé le 1500m.**

Quatre courses, quatre victoires. Michael Phelps a rétabli la hiérarchie, faisant coller ses performances du week-end berlinois au discours prononcé en fin de semaine, lorsqu'il s'estimait «dans la même forme qu'en 2008». Victorieux sur le 400m 4 nages et le 100 m 4 nages, l'Américain s'est imposé, en outre, sur le 200 m dos et le 200 m 4 nages. Pour ne pas trop s'é mousser, Phelps a choisi de faire l'impasse sur la finale du 100m papillon, pour laquelle il était pourtant qualifié. Un choix judicieux puisque le multiple médaillé mondial et olympique a effectué un sans-faute à Berlin. Sur 200 m dos, la star s'est imposée en 1'50"34, reléguant son dauphin Radoslaw Kawecky à une seconde (1'51"37).

### **Rouault, la vague bleue**

Phelps vaquant à d'autres occupations, aucun obstacle ne s'est dressé sur la route de Biedermann, à domicile, vainqueur de la discipline reine, le 200 m nage libre. Pas même Yannick Agnel, toujours en reprise et 22e des qualifications (1'48"90). Côté français d'ailleurs, si Camille Muffat n'a pas accédé aux finales dimanche (56"55 sur le 100 m nage libre et 1'04"37 sur le 100 m dos), Sébastien Rouault, lui, s'est fait plaisir. Le champion d'Europe de la discipline en grand bassin a remporté le 1500 m. Le Tricolore a signé un chrono de 1'48"31, soit dix secondes de plus que lors de sa médaille de bronze européenne glanée en 14'39"06, en 2007. Une marque qui demeure son meilleur résultat en championnat international.

Enfin, les pointures féminines ont continué à affirmer leur suprématie. En plus des 50m nage libre et du 100m papillon remportés samedi, Therese Alshammar (triple vainqueur de la Coupe du monde) a ajouté le 50m papillon à son ardoise berlinoise. Melissa Franklin n'a pas déçu non plus. La prodige de 16 ans n'a pris "que" la deuxième place du 100m 4 nages (battue par Francesca Halsall), discipline peu usitée, mais n'a eu aucune difficulté à s'imposer sur le 100 m dos (56"73). Une façon de conclure en beauté son week-end historique, marqué samedi par un record du monde.

# Pêle-mêle photos du mois



# Pêle-mêle photos du mois



# Page détente ...

## Devine C Ki ?



Le mois dernier il fallait reconnaître **Camille BIANCONE** avec ses brassards et sa frite, ainsi qu' **Anabelle CARETTE-NOORI** en patins à roulettes

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 :« [ldussauge@wanadoo.fr](mailto:ldussauge@wanadoo.fr) ».

Réponses dans le prochain numéro !