

## RAPPORT de la COMMISSION NATATION COURSE

Par Nathalie BERNARD

L'intérêt de ce document, c'est de rendre compte de l'état de la natation sportive au sein de notre région, tant au niveau des performances de nos nageurs régionaux, sur les divers championnats, mais aussi lors de la sélection pour la Coupe des Régions. Mais aussi des projets qui ont été menés pour la formation des cadres, et des nageurs et de l'aide que le comité régional y apporte.

### Coupe de France des Régions Classement général 4ème/19

Une bonne année pour cette édition 2013, ou la région progresse d'une place par rapport à 2012. Dames minimes 4ème, Dames cadettes 5ème, Messieurs Minimes 6ème, Cadets Messieurs 4ème, Classement mixte minimes 5ème, Classement mixte cadets 5ème, Classement dames 4ème, Classement Messieurs 4ème.

Un remerciement pour l'encadrement, Julien BONGBAULT (MANUC), Cyril GALBERT (Canet 66), Damien GUICHARD (CN Lunel) et Yannick JAOUEN (DFCS) qui a permis de faire une évaluation technique pour chaque course.

### Collectif Régional

Comme les saisons précédentes, un collectif régional a été mis en place, avec de nouveaux critères, qui ont pour but de valoriser les performances lors des événements majeurs de l'année sportive, championnats de France et championnats Nationaux, mais aussi la formation au sein de notre région. Ces critères ont aussi vocation à être pérennisés, tout au long de l'olympiade.

Les aides apportées par le comité régional aux structures ayant des nageurs à fort potentiel, seront pour l'année sportive 2013/2014 établies, suite aux performances réalisées lors des différents championnats de France en bassin de 50m de la saison 2012/2013. En cas de finale sur plusieurs catégories, uniquement la meilleure sera retenue, il ne pourra pas y avoir de cumul des aides. Pour pouvoir prétendre à ces aides il faut que le nageur soit licencié dans la région depuis trois années 2010/2011-2011/2012-2012/2013.

#### Benjamins

Etre dans les 30 premiers du natathlon lors de la finale du Trophée Lucien Zins 100 euros

Minimes, Finalistes A championnat de France Minimes 400 euros

Cadets, Finaliste A Championnat de France Jeune ou finaliste A ou B Championnat de France 16 ans et plus 400 euros

Junior, Finaliste A Championnat de France 16 ans et plus 500 euros

Senior, Finaliste A championnat de France N1 600 euros

Une aide supplémentaire sera attribuée pour les nageurs ayant accédé aux podiums des différents championnats de France en bassin de 50m, lors de la saison sportive 2012/2013, seul le meilleur podium par nageur sera doté.

Podium Championnat de France Minimes

Or 100 euros, Argent 70 euros et Bronze 40 euros

Podium championnat de France Jeunes

Or 150 euros, Argent 100 euros et Bronze 75 euros

Podium championnat 16 ans et +

Or 200 euros, Argent 150 euros et Bronze 100 euros

Podium championnat de France N1

Or 250 euros, Argent 200 euros et Bronze 150 euros

Cette année, 9 clubs sont concernés soit 26 nageurs, contre 33 nageurs et 8 clubs l'an passé.

## **Stages régionaux**

Une nouveauté, pour cette nouvelle olympiade, afin de redynamiser la formation de cadres de notre région, mais aussi la formation et l'information des nageurs régionaux, deux stages régionaux ont été mis en place, en ce début de saison. Nageurs et nageuses ont été conviés ainsi que leurs entraîneurs, pour un rassemblement sur deux week-end en fonction de leur qualification soit au championnat de France Jeune soit au championnat de France N1, sur le premier rassemblement, 30 présents dont 8 garçons et 22 filles et sur le deuxième 25 dont 14 garçons et 22 filles et sur l'ensemble 10 entraîneurs ont participé à ce regroupement.

Ces 2 regroupements auront été l'occasion de réunir les nageurs régionaux d'un même niveau afin de leur faire partager des valeurs communes sur l'entraînement, la vie d'un sportif de haut niveau ou souhaitant accéder au haut niveau.

La diététique du sportif a été abordée lors des 2 regroupements par Céline COUDERC ancienne athlète internationale de la région.

La prévention des blessures de l'épaule a été traitée par Christophe SOULIER, également ancien athlète de haut niveau de la région, par le biais d'une batterie d'exercices à mettre en place en échauffement avant les entraînements.

Ces 2 regroupements ont été l'occasion de prendre des vues sous marines des nageurs en crawl et dans leurs spécialités. Ces vidéos ont été disponibles ensuite sur internet afin que les entraîneurs puissent les récupérer et faire un retour auprès de leurs nageurs. Par manque de temps lors du regroupement Elite, nous n'avons pu faire de retour sur ces vidéos au cours du stage, ce qui a été le cas lors du regroupement jeune.

La lutte contre le dopage a été traitée par Eric REBOURG pendant ces 2 regroupements afin de sensibiliser les athlètes sur leurs droits et leurs devoirs en la matière.

Enfin les parcours de formation aux métiers de la natation et principalement les brevets fédéraux ont été présentés aux athlètes par Albane BOSC lors du regroupement Jeunes et par Eric REBOURG lors du regroupement Elite.

Pour les entraîneurs, ces 2 regroupements ont été un temps d'échange important avec le CTR, ce qui servira dans la cadre de la formation continue des entraîneurs. De nombreux échanges ont permis à chacun de confronter sa pratique et d'avoir une vision plus large de l'entraînement.

Une intervention de François HUOT-MARCHAND sur l'expertise aura également permis aux entraîneurs d'avoir une vision plus large de leur métier et de leurs missions.

Un bilan plutôt positif a été fait, par les cadres et les nageurs présents, avec bien sûr des points à améliorer, un grand remerciement à Eric REBOURG, pour son travail d'organisation et d'animation et de suivi.

# Résultats nationaux sur les divers championnats de France

## Championnat du monde petit bassin

BABOU Fanny 1989 FRA CN St Estève

## Championnat d'Europe petit bain

BABOU Fanny 1989 FRA CN St Estève

## Championnat d'Europe Juniors

ROCH Nans 1996 FRA FRA MONTPELLIER ANUC 1er 100 papillon, 2ème 100 Dos et 200 Dos

## FOJE

ABILY Jean-Baptiste 1997 FRA FRA CANET 66 NATATION

## COMEN

LAGAGNIER Amandine 1999 FRA ASPTT MONTPELLIER

VAQUETTE Mathilde 1999 FRA FRA CANET 66 NATATION

## Championnat de France 25m

BABOU Fanny 1989 FRA CN St Estève 1ère 100, 200 brasse et 2ème 50 brasse

RONDAN Arnaud 1988 FRA NAUTIC CLUB NÎMES 2ème 400 4N

## Championnat de France N1

BABOU Fanny 1989 FRA CN St Estève 2ème 100brasse et 3ème 50 brasse

RONDAN Arnaud 1988 FRA NAUTIC CLUB NÎMES 1er 400 4N

## Championnat de France Jeune

XAVIER Léa 1996 FRA ASPTT MONTPELLIER 2ème 100brasse, et 3ème du 200 brasse

DE VOS Rahiti 1996 FRA NAUTIC CLUB NÎMES 3ème 800NL

ROCH Nans 1996 FRA FRA MONTPELLIER ANUC 1er 100 papillon, 2ème 100 Dos et 200 Dos

## Championnat national 16 ans et + (Seuls les podiums TC et cadets ont été récompensés)

Toutes catégories

GALA TEAU Pauline 1994 FRA CN CÉVENNES ALÈS 2ème 50 DOS

XAVIER Léa 1996 FRA ASPTT MONTPELLIER 3ème 50 brasse

DE VOS Rahiti 1996 FRA NAUTIC CLUB NÎMES 1er 800 NL et 1500NL, 3ème 400NL

CHATELAIN Yannick 1994 FRA NAUTIC CLUB NÎMES 3ème 400 4N

MROWINSKI Romain 1994 FRA CN CÉVENNES ALÈS 2ème 200 papillon

RONDAN Arnaud 1988 FRA NAUTIC CLUB NÎMES 1er 200 4N et 400 4N, 3ème 200 Papillon

VIGOUROUX Romain 1994 FRA NAUTIC CLUB NÎMES 2ème 50 brasse

Cadets (Titre de champion de France cadet)

ALBERT Pauline 1996 FRA CN St Estève 3ème 200 dos

CARVIN Charlene 1996 FRA MONTPELLIER ANUC 3ème 200 brasse

PICAULT Marie-Vigdis 1996 FRA CANET 66 NATATION 1ère 1500NL

SCORDIA Mélina 1997 FRA CN CÉVENNES ALÈS 3ème 100 papillon

XAVIER Lea 1996 FRA ASPTT MONTPELLIER 1ère 50 brasse et 2ème 100 brasse

DE VOS Rahiti 1996 FRA NAUTIC CLUB NÎMES 1er 800 et 1500NL et 2ème 400NL

WENZEL Lucas 1996 FRA MONTPELLIER PAILLADE NATATION 2ème 200 papillon

## Championnat de France Minimes

AUNE Marie 1998 FRA MONTPELLIER ANUC 1ère du 50, 100, 200 dos 2ème du 200 4N et 3ème du 200 NL

BIEHLM ANN Emeline 1998 FRA CANET 66 NATATION 2ème 4004N et 3ème du 200 4N

ABILY Augustin 1998 FRA CANET 66 NATATION 2ème 200 4N, 3ème 200 NL et 400 NL

## Natathlon

AUNE Romain FRA 2000 MONTPELLIER ANUC 1er

PICAULT Solweig FRA 2000 CANET 66 NATATION 2ème