

***L'INFO DU MOIS***



Les médailles, le retour !



Numéro 3  
Février 2011  
[www.toacnatation.org](http://www.toacnatation.org)



# Sommaire

Edito .....	4
Championnat régional des jeunes .....	5
Les médailles, le retour ! .....	6
Le trophée Michel Ducros à Albi .....	8
Circuit départemental, suite et fin .....	12
Le Natathlon, épisode 1 .....	14
Les épreuves à venir... ..	15
Le mot du bureau .....	18
La boutique du club .....	19
Divers.....	20

## Edito

---

Jamais deux sans trois, dit-on! Et l'info du mois ne déroge pas à cette règle. Comme à chaque numéro à présent, vous trouverez un maximum d'infos sur notre club et sur les résultats de tous nos nageurs ainsi que les événements qui rythment la vie du TOAC natation. Après un départ tonitruant en 2010, nos nageurs attaquent cette année 2011 avec une motivation toujours aussi grande. Ils tenteront tous, à leur niveau, d'imiter les bons résultats des Français aux championnats du monde en petit bassin à Dubaï.

Bref, l'année 2011 est déjà partie sur de bons rails et espérons qu'elle sera encore meilleure que la précédente. Comme d'habitude, vous pouvez nous envoyer vos photos, vos réactions, vos impressions et vos avis pour participer à la vie de notre petit journal à l'adresse habituelle du club :

[email@toacnatation.org](mailto:email@toacnatation.org)

Tous les membres du bureau vous souhaitent une agréable lecture de ce nouveau numéro de l'info du mois.

Sportivement

Les membres du bureau

## Championnat régional des jeunes

---

Cette année, c'est à Castres, le samedi 18 décembre dernier, que se déroulait le championnat régional des jeunes en bassin de 25m. Ce n'est peut-être que du petit bassin, mais les nageurs du TOAC ne font pas la fine bouche après leurs bons résultats à ce niveau.

Pour l'occasion, 5 nageurs du club étaient inscrits mais seuls 4 étaient présents suite au forfait de **Brice Alessandrini**. Les quatre représentants du TOAC natation s'appellent donc **Pierre Azais**, **Alexandre Busatto**, **Vincent De Almeida** et **Djibril Diallo**. Pour ce dernier, beaucoup de papillon au programme avec tout d'abord, le 50m qu'il réalise en 31''29 puis le 100 et 200m réalisés



respectivement en 1'10''77 et 2'39''68.

Pour agrémenter le tout, Djibril s'offre un chrono de 28''21 sur 50m nage libre.

**Pierre Azais**, l'autre spécialiste du papillon avait un programme bien chargé ce jour là. Le sprint où il parcourt les 50m en 28''18 puis le 100 m bouclé en à peine plus d'une minute (1'02''82) et le 200m où il réalise un temps de 2'23''55, sans oublier une petite épreuve de fond, le 400m nage libre qu'il parcourt en 4'36''04. Toujours en nage libre,

intéressons nous à **Alexandre Busatto**. Inscrit en 50m, il signe un temps de 26''94 et toujours sur 50m mais en dos, il réalise cette fois, un temps de 32''49. Quant au 100 et 200m nage libre, il réalise de bons temps (57''94 au 100m et 2'07''85 sur 200m) avant de s'attaquer au 200m 4 nages où il parcourt la distance en 2'35''90.

Enfin intéressons nous à **Vincent De Almeida** qui comme Alexandre, était inscrit au 100 et 200m nage libre. Il parcourt respectivement les 2 distances en 1'01'45 et 2'16''56 tout en signant un temps de 30''95 sur 50m papillon. Félicitations donc, à nos quatre mousquetaires et à leurs entraîneurs qui ont fait briller les couleurs du TOAC en terre aveyronnaise.

## Les médailles, le retour !

Pour marquer le début de l'année 2011, les jeunes champions du TOAC Natation et de toute la région, s'étaient donnés rendez-vous le samedi 8 janvier à la piscine Léo Lagrange pour la seconde étape des médailles du TOAC. Plus besoin de présenter les médailles du TOAC qui sont, pour les plus jeunes, une compétition de prestige dans des conditions toujours extraordinaires. Après une première étape réussie, ou pas moins de 45 nageurs du TOAC s'étaient retrouvés fin novembre, cette seconde étape a vu débarquer 62 champions en herbe.

Tout le monde est arrivé sur le coup de 14h. Les officiels, les nageurs ainsi que leurs entraîneurs représentés pour l'occasion par Lorraine, Baptiste, Camille, Sélim et ... Nadège, (plus habituée à

entraîner les nageurs handisport) venue, elle, pour passer et valider son exam d'officiel. Coté organisation, les bénévoles ont bien répondu présents à tous les postes clés de cette compétition. Au final, au bord du bassin comme dans les gradins, la compétition a été une fois encore une véritable réussite et un excellent moment pour tous, petits et grands.

Du côté des résultats maintenant, nos jeunes champions ne nous ont pas



décus comme par exemple **Abdelmalek Belghomari** qui termine 4ème du 50m papillon en 47''88. Il est suivi de près par **Benjamin Taillefer**, 8ème en 1'08'74. En brasse, c'est **Sarah Boumaiza** qui en terminant 10ème du 50m en 54''40, est la meilleure représentante du club chez les filles, alors qu'en 50m dos, c'est **Aurore Faure** qui





réalise le meilleur résultat. Elle termine à la 3ème marche du podium en 44''16.

Enfin, sur le 50m nage libre, **Théa Azéma** et **Agathe Cadot-Burillet** font un joli tir groupé en terminant respectivement 10ème et 16ème en 40''21 et 43''28. Quant aux garçons, **Arthur Laborde** rate de peu le

podium et obtient la 4ème place en 38''82.

Intéressons nous maintenant aux nageurs de 100m et plus particulièrement au papillon, où l'on retrouve à la 10ème place **Tamara Boumaiza** (1'46''44) suivi à la 15ème place de **Farah Ben Rhouma** (1'56''80). Chez les garçons, c'est **Zakariya Fedoul** qui en 1'42''03 décroche la 10ème place. Toujours sur 100m mais cette fois en brasse, soulignons la belle 14ème place d'**Ahmed Dheroui** qui réalise un temps de 1'50''97. Enfin sur le 100m nage libre, c'est **Tanguy Serrand** qui était le seul représentant du club. Il réalise en 1'16''64 le 8ème temps de la compétition. Un très beau résultat quand on sait qu'une quarantaine de nageurs étaient inscrits à cette épreuve.



Tous les membres du TOAC félicitent ces nageurs ainsi que leurs entraîneurs pour leurs bons résultats, mais également pour le travail réalisé pour en arriver là. Nous sommes tous particulièrement fière de leurs résultats à ce niveau de compétition et nous leur donnons rendez-vous le 19 février pour les 3ème médailles du TOAC !

## Le trophée Michel Ducros à Albi

---

C'est à Albi que ce déroulait cette année, la première étape du trophée Michel Ducros. L'année dernière, c'est notre club qui avait organisé cette compétition, réservé aux masters, à la piscine d'Alban Minville. Il s'agissait pour nos masters de la première compétition de l'année et 11 d'entre eux ont fait le déplacement jusque dans le Tarn pour l'occasion. On retrouvait donc à la piscine Atlantis d'Albi le 16 janvier dernier, des noms bien connus de certains masters comme **Cécile Pierron, Jennyfer Van Der Heyden, Julie Ducrocq, Bénédicte Vernier, Nicolas Boudet, Sylvain Bernard, Robert Perez, Edouard Fernandes, Vincent Dubreuil, Michel Popovitch** et **Benoit Rimour**. Il est à noter qu'**Aurélie Devos** était aussi du voyage et qu'il s'agissait là de sa première participation à une compétition masters.

Dans l'ensemble, cette première étape du trophée Michel Ducros, s'est passée dans une excellente ambiance et nos masters en sont repartis avec



d'excellents résultats. C'est vers 9h que le bassin d'Albi est entré en ébullition et que les premiers nageurs du TOAC ont commencé leur échauffement, le tout sous l'œil de Sélim, qui était à Albi uniquement pour la matinée. Une fois les derniers réglages faits et les derniers conseils donnés, les

nageurs étaient prêts à en découdre. C'est le relais du 200m 4 nages mixte qui a ouvert le bal vers 10h20. Deux équipes du club étaient présentes. L'équipe 1 des nageurs de Sélim, plus habitués à la compétition, et l'équipe 2 composées des nageurs du groupe adulte loisir de Caroline. Au final, c'est l'équipe 1, composée de **Nicolas Boudet, Cécile Pierron, Bénédicte Vernier** et **Benoit Rimour**, qui obtient le meilleur résultat en terminant à la première place de la catégorie R1 en 2'27"39. Quant à l'équipe 2, composée elle de **Jennyfer Van Der Heyden, Michel Popovitch, Vincent Dubreuil** et **Aurélie Devos** termine elle, à la 7ème place de la catégorie R7 avec un temps de 2'57'75.

Une fois les relais terminés, ce fut le début des épreuves individuelles. C'est le 400m nage libre qui a ouvert la compétition et on y retrouve naturellement un représentant du club. C'est **Edouard Fernandes** (C3), et il termine à la 4ème place de sa catégorie en 5'33''01. Après les épreuves de fond, ce fut l'heure des sprints avec en premier lieu, le papillon ou



pas moins de 6 nageurs du club étaient engagés. Chez les messieurs, en C2 tout d'abord, **Robert Perez** réalise un chrono de 34''12 qui le place en 4ème place de sa catégorie. Pour la catégorie C1 maintenant, c'est **Nicolas Boudet**, qui obtient le meilleur résultat. Il termine 3ème en 32''17 devant **Sylvain Bernard** 4ème en 35''42 et **Vincent Dubreuil** 6ème avec un temps de 39''65. Chez les dames, ce fut une véritable moisson de médailles, et plus exactement de médailles d'or pour **Julie Ducrocq** en C2 et **Bénédicte Vernier** en C1 qui réalisent respectivement des temps de 32''51 et 37''52. Mais il ne fallait pas s'attendre à ce qu'elles s'arrêtent là ! En effet, fort de ce résultat, Julie s'est attaquée au 200m dos où, toujours en C2, elle décroche la 2ème place en 2'38'56.



Intéressons nous à présent à la brasse et au 100m ou **Michel Popovitch** en signant un temps de 1'48''31, décroche la première place de la catégorie C8. En C2, on retrouve à nouveau **Robert Perez** qui s'empare lui aussi du meilleur chrono en 1'36''15 alors qu'en C1, **Nicolas Boudet** qui

obtient le 2ème place en 1'24''22. La brasse laisse ensuite la place au 200m 4 nages, où Julie et Bénédicte étaient, encore une fois, nos représentantes. En catégorie C1 donc, c'est **Bénédicte Vernier** que l'on retrouve à la 2ème place en

3'08''30 alors que de son côté, **Julie Ducrocq** en réalisant un temps de 2'42''45 s'empare du meilleur temps des C1 mais également du meilleur temps, toute catégorie confondue.

Enfin, la matinée s'acheva par le 50m nage libre où **Edouard Fernandes** (C3) réalise le 5ème temps de sa catégorie (31''71), alors qu'en C2, on retrouve **Benoit Rimour** (29''60) et **Robert Perez** (31''92) qui termine respectivement 9 et 12<sup>ème</sup>. Quant à la catégorie C1 on retrouve à la 3ème place **Nicolas Boudet** (27''99) qui devance **Sylvain Bernard** (28''55) à la 5ème place et **Vincent Dubreuil** (34''18) qui termine 9ème. Chez les dames en revanche, **Cécile Pierron** (C2) décroche le bronze de sa catégorie en 33''23 et **Aurélie Devos** s'empare du 5ème temps de la catégorie C1 en 41''98.



Après une pause déjeuner bien mérité, c'est plus déterminé que jamais que nos masters sont revenus à l'eau. Ils sont rentrés rapidement dans le vif du sujet avec le 1500m nage libre où **Edouard Fernandes** était le seul représentant du club. Il réalise un temps de 22'43''80 qui le place 2ème de la catégorie C3. Une fois ces épreuves terminées, ce fut l'heure des sprints avec le 50 m dos où **Jennyfer Van Der Heyden** était la seule représentante du club. Au final elle repartira d'Albi avec la 2ème place en 48''07 avant d'être imitée quelques minutes plus tard par **Benoit Rimour**, 4ème de la catégorie C2 en 36''32. Après le dos, arrive une épreuve typique des bassins de 25m : le 100m 4 nages. Nicolas et Vincent étaient pour l'occasion les portes drapeau du TOAC et réalisent un joli tir groupé dans la catégorie C1. En effet avec un temps de 1'14''79, **Nicolas Boudet** obtient la 1ère place alors que **Vincent Dubreuil** en réalisant un temps de 1'31''71 décroche la 3ème place.

En 50m brasse à présent, notons la belle 2ème place de **Cécile Pierron** (C2) qui signe un temps de 42''43, alors que chez les messieurs, on retrouve **Michel Popovitch** (C8) qui décroche l'or en 49''78. Il est imité en C2 par **Robert Perez** 3ème en 40''75.

La journée s'acheva par les relais 4x50m nage libre où, chez les messieurs, le club décroche, grâce à **Benoit Rimour, Nicolas Boudet, Edouard Fernandes** et **Robert Perez**, la 4ème place en 2'00''72. L'ensemble des membres du TOAC félicite tous ses nageurs qui ont fait le déplacement jusqu'à Albi ainsi que Caroline et Sélim, leurs entraîneurs, pour leurs résultats à ce niveau de compétition et est particulièrement fier de leur résultats.



## Circuit départemental, suite et fin

Pendant que les masters se confrontaient au chrono à Albi, les nageurs du TOAC natation s'étaient donnés, eux, rendez-vous à la piscine de Portet-sur-Garonne pour le 3ème circuit départemental, le dernier de la série. C'est plus motivés que jamais que nos représentants se sont confrontés au verdict du chrono dans chacune des quatre nages, le tout sous la houlette de Sélim qui est arrivé en début d'après midi après avoir encadré la compétition masters le matin.

Du côté, des résultats, il est à noter quelques beaux voire très beaux résultats de la part de nos nageurs qui n'étaient pas là pour faire de la figuration. Chez les garçons, en nage libre, intéressons nous au 50m où **Vincent De Almeida** s'adjuge le

10ème temps d'une série très disputée en 27''52. Sur le 200m, c'est **Xavier Boulanger** qui nous honore d'un 2'11''88. Un très bon temps qui lui vaut de terminer à la première place de l'épreuve. Du côté du dos maintenant, joli tir groupé de nos nageurs puisque **Grégory Solomiac** et



**Vincent De Almeida** terminent aux deux première places avec respectivement des temps de 31''75 et 33''44. On trouve également dans leur sillage **Aurélien Terry** qui termine à la 6ème place en 37''60. Passons maintenant à la brasse avec, là aussi, un beau tir groupé des nageurs du TOAC puisque 4 d'entre eux se placent dans les 8 meilleurs nageurs de cette réunion... Tout d'abord **Axel Trichet** qui en 28''23 décroche le 8ème chrono juste derrière **Aurélien Terry** 5ème en 37''31. Enfin sur le podium, on retrouve à la 3ème place **Grégory Solomiac** (3ème) et **Xavier Boulanger** (1er) qui termine cette épreuve avec des chronos de 34''45 et 30''99. Un excellent temps qui ne l'a pas empêché de rééditer l'exploit sur 100m où il s'empare de la première place en 1'09''10. Il est suivi à la 8ème place d'**Axel Trichet** qui signe un 1'28''40. Enfin, terminons cette partie réservée aux garçons par le 200m 4 nages où **Grégory Solomiac** en 2'33''16 obtient le 5ème temps de l'épreuve.

Penchons nous maintenant sur les filles et plus particulièrement sur **Anaïs Raphalen** qui en 50m nage libre termine 4ème et rate le podium de peu mais signe un très beau temps (31''67). Une belle performance rééditée ensuite sur

le 100m où elle s'empare de la 7ème place en 1'13''09. On trouve un peu plus loin **Marylou Trichet** qui en 1'13''97 s'empare de la 14ème place. En dos maintenant seul **Claire Defosse** représentait le club sur 50m. Au final, elle obtient le 9ème chrono en 41''27. Quant à la brasse, **Anaïs Cougoureux** sur 50m rate d'un souffle le podium et termine finalement 4ème en 41''15. Elle finira par contre à la 7ème place du 100m en 1'32''84. Enfin pour en finir avec la brasse, soulignons la 3ème place de **Sonia Domingos** sur le 200m. Elle réalise un temps



de 3'44''36. Du côté du papillon à présent, **Anaïs Raphalen** finit à la 10ème place et réalise un temps de 38''51 sur 50m, alors que sur 100m c'est **Marylou Trichet** qui frôle le podium et finit 4ème en 1'20''37. Pour finir, intéressons nous aux 200m 4 nages où les représentantes du TOAC ont réalisé de très belles performances. Avec tout d'abord **Claire Defosse** qui termine 8ème en 3'06''94. On retrouve en suite **Marylou Trichet** qui obtient la 5ème place en 3'00''61, juste derrière **Anaïs Cougoureux** 4ème en 2'57''05. Un grand bravo à tous nos nageurs ainsi qu'à nos entraîneurs pour les bons résultats qu'ils ont réalisés.

## Le Natathlon, épisode 1

---

Le Natathlon est une compétition de référence pour tous les benjamins du département. Elle rassemble sur 3 réunions des jeunes nageurs âgés de 12 à 13 ans, sur des épreuves individuelles. Cette année, la première étape du Natathlon se déroulait à la piscine de Balma. Nos jeunes nageurs toujours aussi motivés, ont rapporté quelques beaux résultats de cette compétition. Commençons par le 50m dos ou **Tanguy Serrand**, termine cette épreuve à la 2<sup>ème</sup> place avec un temps de 39''17 suivis en 9<sup>ème</sup> position par **Zakariya Fedoul** en 44''96. Quant à la brasse, sur 50m, on retrouve à nouveau Tanguy et Zakariya qui finissent respectivement 10<sup>ème</sup> et 14<sup>ème</sup> en 49''51 et 51''82. Ils sont tous les deux devancés par **Ahmed Dheroui** qui décroche lui, la 3<sup>ème</sup> place en 45''37. Du côté des filles, c'est **Laurie Hamecher** qui représentait le club sur cette nage et cette distance. Elle s'adjuge le 18<sup>ème</sup> temps en 47''70 face à une féroce concurrence.

Restons chez les filles mais sur 100m nage libre. On retrouve à la 14<sup>ème</sup> place **Amina Arfi** (1'22''41) qui devance **Tamara Boumaiza** 17<sup>ème</sup> en 1'23''22. Tamara et Amina qui se sont retrouvées sur le 50m papillon où elles terminent respectivement 13 et 14<sup>ème</sup> en 46''61 pour Tamara et 49''57 pour Amina.

Enfin soulignons leurs belles performances sur le 400m 4 nages où Tamara réalise un chrono de 7'12''70 devant Amina (7'25''32). On retrouve également sur cette épreuve **Farah Ben Rhouma** (7'56''98) et **Malika Benhammou** (8'15''96). Chez les garçons, c'est **Tanguy Serrand et Zakariya Fedoul** qui étaient engagés sur cette épreuve. Tanguy termine à la 6<sup>ème</sup> place en 6'57''61 devant Zakariya 11<sup>ème</sup> en 7'12''47.

Terminons ce premier Natathlon par le 800m nage libre où seul Léon Trey était engagé. Il signe au final un temps de 16'54''21 sur cette épreuve de fond. Nous le félicitons pour cette épreuve ainsi que tous les nageurs présents pour cette épreuve sans oublier les entraîneurs, sans qui aucun résultat ne serait possible.

## Les épreuves à venir...

---

Le mois de février se profile et il ne sera pas différent des autres. Toujours aussi chargé en compétitions pour tous nos nageurs. Tout commencera Le samedi 5 février à la piscine Alfred Nakache avec le 2ème championnat départemental open des maîtres. Cette épreuve sera la suite logique de la compétition qui avait réunit les masters début décembre à Colomiers. Espérons qu'ils auront d'aussi bons résultats lors de cette épreuve. Après cette compétition, se profilera une épreuve de prestige puisque la piscine Léo Lagrange accueillera les 11,12 et 13 février, le meeting national de Toulouse. Le Meeting National de Toulouse est une compétition qualificative de label national. Cette compétition donne accès aux Championnats de France de Nationale 2, aux Championnats de France Jeunes, aux Championnats de France Minimes et aux Championnats de France Cadets. Il est également qualificatif pour le Championnat Interrégional. Une épreuve où l'on retrouvera naturellement **Elodie Samouilhan** et **Camille Coste** qui sont nos représentants au niveau national.



# MEETING NATIONAL DE TOULOUSE

## COMPLEXE SPORTIF LEO LAGRANGE

(BASSIN OLYMPIQUE HOMOLOGUE – CHRONOMETRAGE AUTOMATIQUE)

### TOULOUSE – 11, 12 & 13 FEVRIER 2011



## PLAQUETTE DE PRESENTATION ET D'INFORMATION

ORGANISATEUR : COMITE REGIONAL MIDI-PYRENEES DE NATATION



BANQUE POPULAIRE OCCITANE



*Banque et populaire à la fois.*



Manger varié,  
c'est bien meilleur pour la santé

**flunch**



Le mois se terminera le week end du 19 et 20 février avec pas moins de 3 compétitions pour les nageurs des catégories poussins, benjamins et masters.



Tout d'abord, le 19 février à la piscine Léo Lagrange où auront lieu les 3ème médailles du TOAC. Comme pour les épreuves précédentes, rendez-vous donc à partir de 15h pour le début des épreuves et à 13h30 dans le bassin pour les échauffements. Pour les benjamins, pas de répit puisque le lendemain ils se retrouveront à la piscine de

Muret pour le 2ème Natathlon. De leur côté, les masters prendront la direction du Gers et plus exactement d'Auch pour le championnat régional des maîtres. Il s'agira là de la 2ème étape du trophée Michel Ducros pour les nageurs de Sélim.

## Le mot du bureau

---

Cette fois, ça y est, nous voilà en 2011. Le président, les membres du bureau ainsi que l'ensemble des membres actifs du club ont le plaisir de vous adresser leurs meilleurs vœux à vous naturellement, mais également à tous vos proches pour cette nouvelle année qui commence. 2010 s'achève donc sur les beaux résultats de nos nageurs. On se souviendra par exemple des nageurs élites, fraîchement revenus des championnats de France à Chartres, des masters qui ont brillé en juillet dernier, à Canet en Roussillon lors des championnats de France masters. N'oublions pas aussi nos équipes régionales et départementales, des interclubs ainsi que les benjamins qui ont participé au Natathlon. On se souviendra également des belles performances des poussins lors d'épreuve comme par exemple la team cup. Enfin, n'oublions pas les épreuves organisées par le club comme le trophée Michel Ducros en janvier 2010, mais aussi le championnat régional d'été fin juin et plus récemment, les interclubs masters début décembre à Nakache. C'est sur ces belles images que se referme l'année 2010. Nous espérons que 2011 apportera à l'ensemble de nos nageurs de très bons résultats lors des compétitions mais également beaucoup de plaisir pour tous nos nageurs « loisir ».

Le président

## La boutique du club

Vous le savez maintenant, la boutique du club vous permet d'obtenir des articles aux couleurs du TOAC ou de la gamme de produits de notre partenaire TYR. Vous avez la possibilité de passer commande via l'adresse mail ([boutique@toacnatation.org](mailto:boutique@toacnatation.org)) ou bien vous pouvez venir découvrir l'ensemble des articles de notre partenaire TYR ainsi que des produits TOAC lors des compétitions organisées par le club. La boutique du club viendra à votre rencontre le 19 février lors de la 3ème épreuve des médailles du TOAC à la piscine Léo Lagrange de Toulouse. Notre stand sera ouvert dès 14h et pour toute



l'après midi.

De plus, le club met à votre disposition des promotions sur certains articles, le tout afin de vous faire nager dans les meilleures conditions possibles lors des entraînements ! Ce mois ci, le club vous propose, comme le mois dernier, une réduction de 10% sur les palmes et les plaquettes mais également sur les tubas. Pour profiter de ces avantages, passez

commande l'adresse mail indiquée ci dessus.



## Divers

---

### *Tout sur notre équipementier*

Comme vous le savez, le TOAC Natation a comme partenaire, la société TYR France, sponsor officiel de la Fédération Française de Natation. Il vous est possible de consulter à tout moment, la gamme des produits de notre équipementier en vous rendant sur le site internet de TYR: [www.tyr-shop.fr](http://www.tyr-shop.fr)



### *Les masters en détail...*

En lisant *l'info du mois*, vous avez sûrement noté que nous parlons des catégories pour les masters. C1, C2, C3, etc.... Elles correspondent en réalité à des tranches d'âges qui permettent d'avoir des classements plus équilibrés. Une catégorie correspond à une tranche d'âge de 5 années.

C1 : 25 à 29 ans	C2 : 30 à 34 ans
C3 : 35 à 39 ans	C4 : 40 à 44 ans
C5 : 45 à 49 ans	C6 : 50 à 54 ans
C7 : 55 à 59 ans	C8 : 60 à 64 ans
C9 : 65 à 69 ans	C10 : 70 à 74 ans
C11 : 75 à 79 ans	C12 : 80 à 84 ans

### *A vos chronos !! ...*

Nous vous en avons déjà parlé dans les précédents numéros de *l'info du mois* : le club recherche des bénévoles disponibles afin faire chronométreur (officiel) lors des compétitions. Sans officiel, sans bénévoles, pas de compétition ! Le club ne dispose que d'un nombre d'officiels très limité. Alors si vous êtes parents et que vous accompagnez régulièrement votre enfant lors de ses compétitions, ou si vous êtes tout simplement motivé, contactez le club à l'adresse mail habituelle ou bien directement auprès de l'entraîneur de votre enfant. Les parents ou les nageurs voulant passer le test pour devenir officiel, doivent le faire sur une compétition où ils devront chronométrer 40 courses. Les médailles du TOAC du samedi 19 février peuvent être l'occasion de tenter cet "examen de passage". Ensuite, il leur sera possible de chronométrer lors des compétitions. Nous espérons que vous répondrez nombreux à notre appel.