

L'INFO DU MOIS



Top départ pour les médailles du TOAC



Numéro 10
Décembre 2011
www.toacnatation.org

Sommaire

Edito	4
Le mot du président	5
Retour sur les interclubs.....	7
Le retour des médailles !.....	10
Les masters au trophée du B.E.C.....	12
Le retour des héros de Montélimar	14
Pluie de podium pour le TOAC !.....	15
La boutique du club	16
Divers.....	17

Edito

Quel mois chargé en compétition !! Entre, la reprise des compétitions pour les masters, les handisports et les médailles du TOAC le tout couronné par les interclubs, ce mois de novembre a été très chargé !! Mais nos nageurs, encore une fois ne nous ont pas déçu et ont rapporté quelques beaux résultats très prometteurs pour la suite de la saison.

Ce 10^{ème} numéro de l'info du mois, marque aussi les 1 an d'existence de ce journal du TOAC. Une première bougie qui en appel beaucoup d'autre au vu de tous les encouragements que nous avons reçu durant cette année qui viens de s'écouler, mais au vu également des résultats de nos nageurs qui sont chaque fois un peu plus nombreux à mettre le bonnet bleu et blanc du TOAC pour partir à l'assaut des sommets de la natation.

Nous espérons que ce numéro de l'info du mois soit donc tout aussi agréable que les précédents. L'ensemble des membres du bureau du TOAC Natation vous souhaite une bonne lecture et d'agréables fêtes de fin d'année !!

Sportivement

Les membres du bureau

L'info du mois

Le mot du président

La saison est lancée, la fin d'année s'approche et déjà nous pouvons déjà faire un bilan sur le premier trimestre de ce début de saison. Sur le plan administratif, le conseil d'administration et moi-même, nous tenons à remercier les 652 adhérents qui nous ont fait confiance pour cette saison, et nous faisons le maximum pour les satisfaire. Il y en a encore quelques retardataires qui ne sont pas encore à jour de leurs adhésions. Nous profitons de cette info



du mois pour adresser un dernier rappel à ces nageurs avant une décision irrévocable prise à l'encontre de notre état d'esprit mais hélas, obligatoire pour ne pas mettre en péril notre structure. Nous remercions également les bonnes volontés qui se sont manifestées lors de notre appel pour encadrer et assister nos jeunes débutants sur la piscine de Jean Boiteux avec la mise en place des « Parents accompagnateur ». Comme vous le savez nous sommes dépendants du service des sports de la mairie de Toulouse. En cette fin d'année nous subissons des perturbations dues à des grèves surprises du personnel technique. Nous faisons le maximum pour avertir nos adhérents mais avec ce type d'événement, il est très difficile de prévoir.

Sur le plan sportif, le stage de St Affrique a eu un franc succès et les 20 nageurs présents. Avec un peu d'appréhension au départ, ils n'ont eu au final que de grandes satisfactions durant cette semaine intensive. La première étape qualificative des médailles du TOAC 2011/2012 qui s'est déroulée le 19 novembre, semble marquer le renouveau et l'arrivée de jeunes nageurs prometteurs. Pour cette épreuve, 32 poussins et benjamins ont répondu présent. Nos masters lors de leur déplacement à Talence les 12 et 13 novembre, ont fait monter le TOAC Natation dans le top ten des meilleurs clubs masters Français. N'oublions pas également nos 2 représentants qui sont qualifiés pour le championnat de France N1 petit bassin du 2 au 4 décembre.

Voilà donc le TOAC lancé à plein régime dans sa conquête de reconnaissance sur le plan départemental, régionale et français. Une reconquête qui passe par un état d'esprit serein qui permet à l'encadrement et aux nageurs de pratiquer leur sport sérieusement. La reconquête passe aussi et surtout par nos tout petits des groupes Têtards, Grenouilles et Tritons qui sont notre avenir.

Comme promis précédemment, nous vous faisons vivre, par ces infos, les activités de notre club et nous poursuivons notre communication afin de vous faire vivre tous ces moments, du plus petit au plus grand !!

Bonne fin de saison 2011.

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Richard Samouilhan', written in a cursive style.

Richard Samouilhan

Retour sur les interclubs

En ce début de saison sportive, les interclubs sont indiscutablement, l'épreuve à ne surtout pas manquer ! Attendue par tous c'est traditionnellement une compétition qui se veut festive mais également très intense puisque tout les clubs présent, tant au niveau régional que départemental, essaient de tirer leur épingle du jeu dans cette lutte acharnée face aux autres clubs !



Cette année, le TOAC Natation aligné pas moins de 5 équipes !! Une équipe féminine et une équipe masculine au niveau régional et une équipe féminine plus deux équipes masculine au niveau départemental.

Coté régional, à Castres, l'équipe dame 1 était composé d'Emilie Brune, Julie Ducrocq, Nathalie Glinos, Laura Hilselberger, Karen Morin, Lucie Pelfort, Anaïs Raphalen, Marion Regnier, Elodie Samouilhan et Bénédicte Vernier. Chez les garçons, on retrouvait en équipe 1, Brice Alessandrini, Pierre Azais, Nicolas Boudet, Xavier Boulanger, Cyril Cavagna, Camille Coste, Vincent De Almeida, Jolie Alban, Sichan Heimanu et Grégory Solomiac.

Question résultat, il faudra noter entre autre, la belle 3^{ème} place des filles lors du relais 4x100m 4 nages. Elles ont également brillé lors des épreuves individuelles avec la belle 3^{ème} place d'Emilie au 100m papillon (1'07''03), le 4^{ème} chrono en 2'13''68 de Karen lors du 200m nage libre, la 5^{ème} place de



Marion en 100m brasse avec un temps de 1'15''88 et le 3^{ème} temps d'Elodie lors du 100m dos en 1'05''28. De bons et beaux résultats pour les filles à Castres. Quant aux garçons, ils ne sont pas en reste avec pour Camille, un doublé en papillon. En effet, il termine le 100 et 200m papillon à chaque fois 2^{ème}, avec respectivement des temps de 56''00 au 100m et



2'03''95 sur 200m. On notera aussi la belle 8^{ème} place d' Heimanu, engagé sur 1500m. Il signe un temps de 17'13''41.

Avec tous ces résultats, on en oublierait presque les équipes départementales composé par Muriel Samson, Alice Joulia, Aurore Faure, Agathe Cadot-Burillet, Nathalie Amar, Théa Azéma, Anaïs Cougoureux, Inès Belaizi, Heloise Morin Lemoine et Lucia Aragones chez les filles, par Xavier Gorses, Charles Henri Afonso, Michel Fages, Benoit Rimour, Nicolas Juget, Aurélien Terry, Thomas Andonof, Remi Lansieux, Marc Djoar et Christophe Sardet pour l'équipe 2 et

Edouard Fernandes, Tanguy Serrand, Eric Dupuy, Karim Benhamou, Marc Haenlin, Jean-Louis Larrieu, Tom Di Marco, Arthur Laborde, Robert Perez et Boris Paul pour l'équipe 3. Trois équipes donc à Alban Minville où 3 records du club ont été battus. Le premier record à tomber est celui du 100m dos messieurs. En effet en réalisant un temps de 1'19''48, Tanguy inscrit son nom sur les tablettes du club dans la catégorie des 12 ans. Il sera imité dans la foulée par Aurore qui a elle seule décroche le record (catégorie 10 ans) du 100m dos en 1'27''69 et du 200m dos en 3'12''60.

Coté résultats, soulignons la belle 3^{ème} place de Muriel Samson au 100m nage libre en 1'12''16, chez les filles. Coté garçons, une grosse série de 4^{ème} place avec le 4^{ème} temps de Tom Di Marco au 50m nage libre messieurs (28''75), le 4^{ème} temps également pour Benoit Rimour au 100m nage libre en 1'06''48, et celui de Xavier Gorses sur le 200m dos en 2'46''01.





Question podium, les garçons en décroche pas moins de trois, avec tout d'abord, la 3^{ème} place de Christophe Sardet au 200m nage libre (2'21''50), la 2^{ème} place de Nicolas Juget en 2'40''61 au 200m papillon et aussi sa 1^{ère} place lors du 100m papillon en 1'08''99.

Des résultats très encourageant pour nos nageurs départementaux et régionaux. Bravo à tous les nageurs,

jeunes ou moins jeunes, à Castres ou à Alban Minville. Ils ont parfaitement remplis leur tache lors de cette compétition nationale, avec une grande volonté de donner le meilleur d'eux mêmes. Félicitation également à tous les entraineurs de tous les groupes représentés qui ont réalisés un excellent travail en ce début de saison. Des résultats prometteurs pour le reste de la saison ...

Ci-dessous, quelques photos de Toulouse et Castres ...



Le retour des médailles !

Les médailles du TOAC, on prit leur départ le samedi 19 novembre dernier ! Destination, le 2 juin 2012 pour la grande finale et la 50^{ème} édition de cette épreuve marquante qui est toujours l'un des moments forts de la saison pour nos jeunes champions. Mais en attendant la finale, il faudra pour les nageurs du TOAC et des autres clubs, se qualifier lors des 3 premières étapes.



La qualification semble déjà en bonne voie pour Aurore Faure. Elle qui avait su s'imposer l'année dernière en finale du 50m dos (catégorie poussine 2001), termine pour cette première étape, à la 2^{ème} place du 50m nage libre en battant au passage son meilleur chrono (35''64). Espoir tout aussi justifié pour Thomas Andonoff qui avec un temps de 1'25''24 termine 3^{ème} du 100m dos benjamin. D'autres belles performances sont à souligner comme la belle 5^{ème} place de Sawssen Fajr qui signe un temps de 47''39 sur le 50m papillon. Et chez les garçons, on retrouve Arthur Laborde 10^{ème} temps du 100m nage libre chez les benjamins en 1'22''35.



Il est à noter au passage, un nouveau record du club sur 50m nage libre. Il est à mettre naturellement à l'actif d'Aurore Faure (et oui encore elle!!). Avec son temps, elle efface le précédent record (37''46) de près de 2s dans la catégorie des 10 ans (née en 2001) et elle bat aussi celui des 11 ans (née en 2000) qui était de 36''30. Au final, Aurore aura battue ce mois-ci pas moins de 3 records du club. Nul doute qu'à ce rythme là, elle en battra d'autre durant cette saison.

La première étape des médailles du TOAC a donc tirée sa révérence en fin d'après midi sur ces bons résultats. Le rendez-vous étant pris pour la deuxième étape des médailles du TOAC le 7 Janvier 2011. Tous les membres du TOAC adressent leurs félicitations à nos jeunes champions ainsi qu'à leurs entraîneurs. Naturellement, n'oublions pas de dire un grand bravo aux parents et aux bénévoles qui ont contribué dans l'ombre au bon déroulement des épreuves et plus globalement de la compétition, que ce soit à la boutique, à l'informatique, à la chambre d'appel ou encore autour du bassin. Enfin, le club tient à remercier, les officiels qui sont venus passer leur examen lors de cette épreuve pour améliorer à l'avenir le fonctionnement du club.



Les masters au trophée du B.E.C

La première compétition de l'année pour les masters de Sélim se déroulait, une fois n'est pas coutume, en Gironde pour le trophée du B.E.C (Bordeaux Etudiant Club). Pour cette compétition, l'objectif était simple ; participer à un quadrathlon ! Ce quadrathlon pouvait se présenter sous les formes suivantes : soit 4 épreuves de 50m en papillon, dos, crawl ou brasse, soit en 4 épreuves de nage libre sur 4 distances différentes. Pour cette épreuve, on retrouvait quelques noms bien connus de la bande des maîtres ! Ainsi, Lucia Aragones, Patrick Barbeau, Mathilde Bodu, Xavier Boulanger, Cyril Cavagna, Valérie Chaton, Maxime Choisit, Marc Djoar, Vincent Dubreuil, Julie Ducrocq, Edouard Fernandes, Nathalie Glinos, Robert Perez, Jean Quinsat, Alexandre Sandres, Grégory Solomiac et Bénédicte Vernier ont confronté leur savoir et leur maîtrise avec les nageurs venus parfois de loin pour réaliser (pour certains) leurs minimas pour les championnats du monde masters à Riccione en Italie !! Mais ça, pour l'instant, c'est une autre histoire.

Question performance individuelle, on retiendra la 1^{ère} place de Julie lors 50m nage libre chez les C2 (31''12) et celle de Nathalie chez les C4 en 100m nage libre. Toujours chez



les dames, mais cette fois sur le 200m nage libre, belle performance de Lucia, notre représentante espagnole qui termine à une belle 3^{ème} place en C1. Enfin en 400m nage libre, on retrouve Mathilde qui s'offre chez les C3 la 2^{ème} place et sur le 100m papillon, c'est Bénédicte qui s'empare chez les C1 du meilleur temps en 1'25''23.

Les garçons ne sont pas en reste avec Xavier qui décroche la 1^{ère} place du 50m nage libre en C1 avec un temps de 26''69. Chez les C3, c'est Maxime qui l'imitera mais sur le 400m nage libre en 5'24''09. Chez les dossistes, c'est Grégory Solomiac qui décroche, sur 50m, le meilleur temps de la catégorie C1 en 30''96, et en 100m, la 3^{ème} place revient à Alexandre en 1'14''91.



Jetons à présent un œil aux quadrathlons avec tout d'abord, celui des 4 épreuves de 50m. On y retrouve Gregory, toujours en C2 qui termine 2^{ème} de cette épreuve avec un temps total de 2'04''60. Du côté du quadrathlon nage libre, joli tire groupé de Julie et Mathilde qui terminent 2^{ème} de leurs catégories respectives (C2 et C3). Quant aux garçons, chez les

C3, on retrouve deux sociétaires du TOAC sur le podium, à savoir Maxime Choisit (1^{er}) et Edouard Fernandes (3^{ème}). Enfin, Xavier Boulanger chez les C1 décroche lui la 3^{ème} place C1 de ce quadrathlon nage libre.

La section natation du TOAC félicite tous ses nageurs ainsi que leur entraîneur Sélim pour leurs résultats lors de cette compétition.



Le retour des héros de Montélimar

Dans l'effervescence de ce début de saison et dans la foulée des médailles du TOAC, c'est tenu le samedi 20 novembre, la première compétition de l'année pour nos nageurs handisport. Comme toujours, on retrouvait nos deux représentants habituels, à savoir Sebastien Motais et Pierrick Andret. Mais cette fois, ils étaient accompagnés par 2 nouvelles recrues venues au TOAC en ce début de saison. Pour s'occuper d'eux, exceptionnellement, ce n'était pas Nadège mais Léocadie leur coach. Bien motivé pour cette première épreuve, les résultats ont été aux rendez-vous avec pour cette compétition, le premier relais handisport de l'histoire du TOAC, nos nageurs ont de fait inscrit le premier record dans les tablettes du club. Pour du relais, 4x50m 4 nages (composé par Sebastien Motais, David Rousse, Fabien Pempie et Pierrick Andret) le record a été placé déjà haut en 3'43''79. Quant au relais 4x50m nage libre, il a été bouclé en 3'30''10 par les même nageurs !!



Coté performance individuelle, Pierrick signe sur le 50m papillon un chrono de 53''88. En dos il fait un très beau 1'58''44 sur le 100m. En nage libre enfin, sur 50m il signe un temps de 44''40 et parcourt les 100m en 1'48''40. Une bonne compétition pour Pierrick qui décroche au passage sa qualification pour les championnats de France National 1. Passons maintenant à David Rousse, qui était inscrit lui sur le 50m dos, 50 et 100 nage libre. En dos, David signe un temps de 1'11''51 et en nage libre, il reviendra avec un temps de 1'28''41 sur 50m et 2'59''74 sur le 100m.

Troisième représentant du TOAC, Fabien était engagé sur 50m nage libre. Distance qu'il a parcouru en 46''89 avant de participer au 100m il signe là un temps de 1'57''84. Enfin, Sebastien inscrit sur le 50m nage libre (32''70), les 100m dos (1'23''13) et nage libre (1'12''32) et le 400m nage libre (5'44''77), n'aura pas perdu sa journée ... En plus d'avoir signé de très bon temps, il décroche pour la plus grande joie de ses supporters, sa qualification pour les championnats de France National 1 !!

Bravo à nos quatres champions à Léocadie et à Nadège, leurs coachs qui s'occupent d'eux avec brio tout au long de l'année !

Pluie de podium pour le TOAC !

C'est à la piscine de Nakache que les nageurs du TOAC Natation s'étaient donnés rendez-vous, le dimanche 20 novembre pour le 2^{ème} circuit départemental. Lors de cette épreuve, nos champions, ont particulièrement brillé de par leurs très bons résultats ! Intéressons nous d'abord aux filles, ou un nom revient très régulièrement , celui de Lucie Pelfort...



Inscrite sur 3 épreuves, Elle a décroché à chaque fois, le meilleur chrono. En 50m nage libre d'abord ou avec un temps de 29''38, elle devance de près d'une seconde sa poursuivante direct. Elle récidive ensuite en 200m nage libre avec un temps de 2'16''35 ainsi qu'en papillon où sur 50m, elle s'impose largement avec un temps de 31''11. On notera également chez les filles, la belle 7^{ème} place d'Anaïs Raphalen sur le 200m 4 nages.

Les garçons n'étaient pas en reste. Au 50m nage libre, déjà, Xavier Boulanger (26''30) et Vincent De Almeida (26''92) signent respectivement les 2^{ème} et 4^{ème} place de cette épreuve. En revanche, Xavier s'offre la première place du 100m brasse e, 1'10''23 avec plus de 4s de mieux que son poursuivant direct. Quant au 50m brasse, la grande spécialité de Xavier Boulanger (il est champion de France masters sur cette épreuve), il n'est pas surprenant de le retrouver sur la plus haute marche du podium en 31''52 suivi par Aurélien Terry 8^{ème} en 37''15. Aurélien qui s'empare également de la 3^{ème} place mais sur le 200m 4 nages en 2'46''81 devant Xavier Gorses, 4^{ème} en 2'46''90. Belle 5^{ème} place également pour Xavier Gorses au 100m dos ou il signe au passage un très bon temps de 1'15''33. Enfin, terminons par Pierre Azais, qui en 50m papillon décroche la première place en 28''04 suivis uniquement par Vincent De Almeida (29''50). L'insatiable Pierre, recommencera à faire parler de lui sur le 100m papillon (1'01''86) et le 200m papillon (2'25''19) ou il finira à chaque fois à la première place.

Plus de doute possible, sur le plan sportif le TOAC, attaque cette saison 2011/2012 en fanfare !!



L'info du mois

La boutique du club

La boutique du club vient à votre rencontre, vous pourrez venir découvrir l'ensemble des articles de notre partenaire TYR ainsi que des nombreux produits aux couleurs du TOAC. La boutique du club sera mise à votre disposition à l'entrée de la piscine Léo Lagrange le samedi 7 Janvier 2012 lors de la première étape des médailles du TOAC. N'hésitez pas à en profiter. La boutique est toujours disponible via l'adresse mail du club: email@toacnatation.org

Ci-dessous, quelques articles que vous pourrez trouver à notre boutique. Alors, n'hésitez pas à nous contacter si vous êtes intéressés et que vous souhaitez porter les couleurs de TYR et du TOAC



Maillot femme/fille
25€



Maillot homme/garçon
15€

Le filet à matériel
5€



L'info du mois

Divers

Destins nationaux

Le TOAC n'est sûrement pas le plus grand club de France mais, grâce à des entraînements de qualité et à force de travail, notre club a fini par s'offrir une place dans l'élite de la natation française. Ainsi, 2 de nos représentants ce sont qualifiés pour les championnats de France N1 en petit bassin qui auront lieu du 2 au 4 décembre. Souhaitons donc bonne chance à Elodie et Camille ainsi qu'à Loïc, leur entraîneur.



Anniversaires

Les membres du bureau du TOAC Natation ainsi que les entraîneurs, adressent un joyeux anniversaire aux personnes suivantes :

Lilianna BABAIEV	David GARDES
Yasmine BELKACEM	Romane GUILBERT
Sylvain BERNARD	Pauline GUTIERRES
Marc BERNARDI	Alice JOULIA
Camille BOIGNARD	Renée LUGA
Sélène BRUNEL	Lyna MEDJEDOUB
Laurent CARDY	Yann MICEK
Lola CARRERE	Yamina MOHAMADINE KANDRI
Quentin CHABERT	Sébastien MOTAIS
Sonia CHOUCHAOUI	Philippe NEGREL
Flavie CINTRAT	Lilia-Rose NEGRO
Guillaume DE ALMEIDA	Julien NOZAL
Vincent DE ALMEIDA	Jonathan OLLIVIER
Louis DELORME	Lina OUARI
Juliette DEMAN	Jean-Michel PASTOR
Marianne DURAND	Boris PAUL
Eliott FALGUIERES	Fabien PEMPIE
Edouard FERNANDES	Fathia PERALES
Yann FERNANDEZ PUIG	Benjamin RIQUET
Franck GALIBERT	François TOURNE
Yutharie GAL-ONG	Laurent VANTILCKE