



TOAC de neuf au club !!!

MARS 2014



N°11

SOMMAIRE

Le mot du Président	<u>page 3</u>
PASS'SPORTS de l'EAU (ENF 2).....	<u>page 4</u>
France Maîtres à Paris.....	<u>page 7</u>
BOUTIQUE Promo du mois !!.....	<u>page 9</u>
National 2 à Toulouse.....	<u>page 12</u>
ILS SONT NÉS EN MARS: Bon anniversaire à.....	<u>page 13</u>
POUR EN SAVOIR PLUS : mémorisez les contacts en un seul scan.....	<u>page 14</u>

MOT DU PRESIDENT



Beaucoup de congés en ce mois de Mars, peu de compétitions mais de qualité puisque les National 2 étaient organisés sur Toulouse et où nos représentants ont performé.

Pour nos jeunes des passages de diplômes avec L'ENF au centre de ce Toacdeneuf avec un résultat encourageant pour notre école de natation. Lors de l'examen final, 100% de réussite, preuve que nos nageurs ont à cœur de devenir de futurs compétiteurs.

Dans cette période électorale, de nombreuses démarches sont initiées par les membres du bureau du Toac afin de sécuriser les créneaux obtenus et essayer d'avoir des créneaux plus en adéquation avec notre école de natation surtout pour nos petits nageurs.

Et comme nous sommes dans les élections, veuillez noter dans vos agendas la date de l'assemblée générale électorale et la fête de l'école de la section natation, qui auront lieu **le 07 juin 2014**, au centre culturel de JOB. Des précisions vous parviendront sur le déroulement de cette journée.

Bonne lecture et sportez vous bien.

PASS'SPORTS de l'EAU (ENF 2)

Stage Alban Minville – 10.03.2014

Du 10 au 14 mars dernier, le TOAC Natation, en partenariat avec le Toulouse Nat Synchro, a organisé un stage intensif préparant les jeunes de 8 à 11 ans, déjà diplômés du Sauv'nage (ENF1), au passage du Pass'Sport de l'eau (ENF2).

Au programme : motivation, découvertes et mixité ...

C'est dans la bonne humeur que 23 jeunes nageurs et nageuses se sont retrouvés au bord du bassin d'Alban Minville, en plein cœur du centre culturel du quartier Bellefontaine. Très motivés, ils venaient tous d'horizons différents (piscines de Toulouse-Lautrec, Léo Lagrange, de Jean Boiteux et Alban Minville) dans un seul but : nager ! Trois éducateurs du TOAC leur avaient concocté un programme pédagogique rythmé par les 5 disciplines de la natation : la natation course, la natation synchronisée, le plongeon, le water-polo et la nage avec palmes. Si pour Perrine (8 ans), « *c'est génial car [elle] arrive enfin à faire le dauphin arrière et le salto avant !* », tous les nageurs ont également progressé.

De nouveaux diplômés, de futurs champions ?

Le stage fut une vraie réussite tant sur le plan sportif qu'humain. Les jeunes nageurs ont rapidement tissé des liens et partagé des vrais moments de complicité. En outre, le stage leur a permis d'aborder avec confiance l'examen ENF2 du samedi matin. Encadré par des examinateurs extérieurs, ce Pass'Sport 2014 a été un très bon cru et la majorité des nageurs ont obtenu haut-la-main leur second diplôme de natation.

Les jeunes diplômés sont repartis enchantés de cette semaine et sont d'ores et déjà partants pour l'ultime examen de leur cursus d'apprentis nageurs, le Pass'compétitions ou ENF3 qui, comme son nom l'indique, leur ouvrira les portes de la pratique compétitive...

La natation, une discipline plurielle...

Pour les dirigeants du TOAC Natation, et les éducateurs présents, « *former un nageur c'est aussi lui faire découvrir la richesse de la discipline, l'ouvrir dès son plus jeune âge, aux différentes facettes de la natation. La variété développe ainsi l'habileté motrice de l'enfant, ainsi que son sens de l'eau.* »

En effet, le développement de compétences transverses facilite l'apprentissage de la natation et donne le « goût de l'eau ».

Ouvert à tous, le TOAC Natation joue à fond son rôle de club sportif, vecteur d'intégration !

PASS'SPORTS de l'EAU (ENF 2)

Félicitations à tous nos petits nageuses et nageurs qui ont brillamment participé.

Nous remercions également l'équipe sportive d'encadrement qui a permis d'atteindre ce taux de réussite exceptionnel grâce à ses efforts .

Nom	Prénom		Nom	Prénom		
LABIB	Lola	F	24/10/2005	AISSANI	Younès H	08/01/2005
LAMBALLAIS	Angelina	F	29/03/2003	ATUDEMBO	Damaris F	31/05/2004
LAVINA	Claire	F	23/02/2005	AUTECHAUD	Simon H	03/10/2002
MARTINEZ	Charlotte	F	20/09/2005	BEAUDREMONT	Pauline F	19/04/2004
MAYSOUNAVE	Elsa	F	03/07/2004	BESSEYRE	Mathieu H	29/03/2005
MONLOUIS-BONNAIR	Léna	F	09/01/2004	BOUILLET	Yoann H	24/01/2003
MOUSSAOUI	Maelys	F	09/01/2005	BRUNEL	Emilie F	08/04/2004
NICOLAS-MALLET	Lilou	F	19/07/2005	CARRERE	Lola F	22/11/2004
PARVERY	Augustin	H	01/03/2005	CHAZOTTES	Antoine H	03/03/2004
POURTAU	Laetitia	F	13/04/2003	CHENAINE	Amine H	17/03/2004
POUZET	Loris	H	19/09/2006	CLEVENOT	Adrien H	18/09/2004
PREVITALI	Antoine	H	06/07/2004	DAMBERTOUMIEU	Maylis F	10/08/2003
THROM	Simon	H	17/01/2003	DAVID	Thais F	17/04/2005
UTHAYAN	Sarangan	H	31/01/2002	ETIENNE	Marie F	01/01/2003
UTHAYAN	Shathurchan	H	21/09/2003	FAURE-MOLINA	Hugo H	15/11/2002
VISOTSCHNIG	Benjamin	H	20/06/2003	FAURE-MOLINA	Margaux F	21/01/2005
ZITTEL	Konrad	H	02/10/2002	FIGUEREDO	Cécilia F	21/10/2004
				FRACHET	Victor H	07/06/2003
				GAMBART	Jules H	21/10/2000
				GRUBO-SIRANGON	Clémentine F	23/08/2005
				GUEYDAN	Jeanne F	28/12/2005
				HIGGINS	Thomas H	18/01/2002
				HUBERT	Loan H	29/09/2005

PASS'SPORTS de l'EAU (ENF 2)



Test final avec les supporters !!

France Maîtres à Paris

18 Nageurs (Emilie Brune, Julie Ducrocq, Muriel Samson, Camille Barrère, Sophie Arnal-Brezun, Xavier Boulanger, Nicolas Boudet, Nicolas Juguet, Guillaume Quéryn, Gregory Solomiac, Robert Perez, Christophe Sardet, Benoît Guiraud, Marc Ferrand, Marc Haenlin, Jean-Louis Larrieu, Patrick Berger, Patrick Carton) accompagnés par Sélim Dra se sont déplacés pour encore une fois, porter haut les couleurs du TOAC natation lors de ces championnats.

En effet, 22 podiums ont été occupés par nos nageurs, dont 12 Titres de champions de France conquis ainsi que 5 médailles d'argent et 5 médailles de bronze. Soit la meilleure moisson en terme de nombre total et de titres pour le TOAC natation lors d'un championnat de France (hiver ou été) depuis l'existence de la section maîtres.

De plus lors de ces championnats, 4 records du club ont été battus :

- Emilie Brune 100 bat son propre record du 100pap en 1'05"53 qu'elle avait établi lors des France hiver Maîtres de Chartres 2013.
- Relais 4x50 4N Dames en 2'09"40 (Camille dos 34"82 / Julie brasse 35"80 / Emilie pap 29"45 / Muriel crawl 29"33) un record datant de 1994 et descendu de près de 9 secondes.
- Relais 4x50 NL Dames en 1'56"79 (Julie 28"28 / Muriel 29"95 / Camille 29"78 / Emilie 28"78) un record datant de 2000 et descendu d'un peu plus de 5 secondes.
- Relais 4x50 4N Mixte en 1'55"64 (Gregory dos 28"52 / Xavier brasse 30"32 / Emilie pap 29"48 / Julie crawl 27"32) ils ont battu leur propre record de plus de 3 secondes qu'ils avaient établi en janvier 2013 lors des championnats de France Interclubs des Maîtres au Puy-en-Velay.

Beaucoup de nageurs ont réalisé leurs meilleures performances en lien les résultats complets de tous les nageurs :

<http://www.ffnatation.fr/webffn/resultats.php?idact=mtr&idcpt=20450&go=res&idclb=39>

A l'heure actuelle, le Toac Natation se classe provisoirement à la 6ème place (sur 697 clubs) du classement national des maîtres avec un total de 7900 points
soit déjà près de 1200 points de plus qu'à la fin de la saison passée.

Félicitations aux 18 nageurs représentant le Toac Natation autant pour leurs performances que pour leur bonne humeur et la bonne ambiance au sein du groupe!

Prochaine étape : MILLAU.
GO TOAC!!!!!!

Bilan des podiums en détail :

Jeudi :

- Camille 200 4N : 3ème (2'43"89)
- Patrick B 200 pap : 1er (2'41"05)
- Emilie 200 pap : 1ère (2'28"50)
- Julie 200 pap : 2ème (2'32"97)
- Relais 4x50 4N dames : 1ère en 2'09"40 avec (Camille dos 34"82 / Julie brasse 35"80 / Emilie pap 29"45 / Muriel crawl 29"33).

Vendredi :

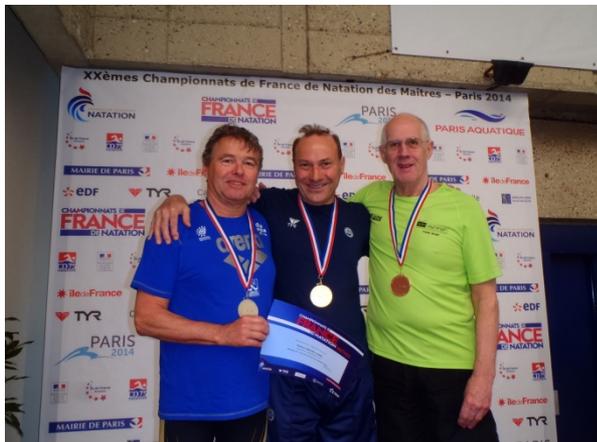
- Patrick C 1500nl : 1er (22'06"33)
- Patrick B 1500nl : 2ème (20'03"63)
- Julie 1004N : 1ère (1'08"32)
- Patrick B 50pap : 1er (32"29)
- Émilie 50pap : 3ème (30"46)
- Julie 200NL : 1ère (2'10"96)
- Patrick C : 2ème (2'37"98)
- Relais 4x50 NL mixte : 2ème en 1'48"18 (Xavier 25"89 / Gregory 25"76 / Emilie 29"01 / Julie 27"52).

Samedi :

- Patrick C 400NL 1er (5'33"40)
- Patrick B 100pap 1er (1'11"82)
- Marc H 100pap 3ème (1'19"84)
- Emilie 100 pap 2ème (1'05"53)
- Relais 4x50NL dames 3ème 1'56"76 (Julie 28"28 / Muriel 29"95 / Camille 29"78 / Emilie 28"78)
- Julie 100NL 1ère (1'00"06)
- Relais 4x50 4N mixte 1er en 1'55"64 (Gregory 28"52 / Xavier 30"32 / Emilie 29"48 / Julie 27"32)

Dimanche :

- Julie 200 dos 1ère (2'26"58)
- Gregory 200 dos 3ème (2'17"34)



BOUTIQUE

Promo du mois !!



Maillot
femme
20 €

Maillot
homme
15 €



BOUTIQUE Promo du mois !!



Serviette
club 10 €



Sac à dos
Matériels 15 €



National 2 à Toulouse

Du vendredi 21 Mars au Dimanche 23 Mars se tenait à la piscine Léo Lagrange les championnats National 2 hiver. 2 nageurs, Andonoff Thomas et Martins Damien et 1 nageuse, Cadot-Burillet Agathe représentaient le club lors de cette échéance hivernale. En effet, cette compétition avait pour but pour tous les nageurs présents, d'obtenir des qualifications a différents championnats: élite, plus de 16 ans ou Minimes et tenter d'obtenir des temps de série excellence pour la saison prochaine.

C'est chose faite!

En effet, **Martins Damien** sera de série d'excellence interrégionale la saison prochaine grace à ses temps sur le 200NL et le 50 pap. Il a d'ailleurs au cours de cette compétition, été qualifié sur 3 finales B au 200NL, 50 et 100 pap.

Agathe Cadot-Burillet a quant à elle fait 2 "finales": au 1500 NL (série rapide) et 400 NL (finale minimes). Sur ces deux courses elle frôle les temps de série d'excellence interrégionale et devra fournir encore un petit effort. Par contre au 800 NL elle a réussi le temps demandé. Plus qu'une épreuve et elle rejoindra Damien et Thomas.

Au passage elle bat son propre record du club au 1500 NL (14 et 15 ans) en 20'03"55 au lieu de 20'18"20.

Mention spéciale à **Andonoff Thomas**, qui a validé ces temps de série d'excellence interrégionale pour la saison prochaine au 100 et 200 NL et 200 dos. Mais surtout il a obtenu sa qualification au **Championnats de France Minimes** sur le 200 dos. FELICITATIONS à lui, car cela fait quelques années que le TOAC natation n'avait plus de représentant sur ces championnats. De plus, Thomas s'est blessé il y a de cela 1 mois et n'a pas pu s'entraîner correctement pendant près de 4 semaines. Les espoirs de se qualifier pour les N2, étaient minces , mais il a su faire mentir son coach et tant mieux!

Prochaine échéance pour ces 3 nageurs les Nationales 2 été.

Ils sont nés en Mars

Bon anniversaire à ...

- **A à M** : **GAYET** Jeanne, **GLINOS-COSATTI** Natahlie, **GONZALEZ** Ainhoa, **GRAYSON** Emily, **LACUVE** Rémi, **LAMBALLAIS** Angelina, **LANNES** Héléna, **LEMAN** Marc, **LYKO** Rachel, **MARINO** Eleonora, **MARINO** Lorenzo, **MAZIERES-FAUCHIER** Claire, **MINKA-WEBER** Sidonie, **MORIN LEMOINE** Héloïse ,
- **N à Z** **NEGRO** Terris, **PARVERY** Augustin, **PESTOU** Nathan, **PIMOUGUET** Anastasia, **POUMADERE** Thomas, **PRANGUICHVILI** Nicolas, **RAMOS** Arnaud, **ROUSSEAU** Guillaume, **SADNI** Assya, **SAMOUILHAN** Elodie, **SCHOETTLER** Michael, **SCOZZARI** Salvatore, **SICILIA** Mina, **THIEBAUT** Jean-Baptiste, **TOMBELAINE** Marie, **TOULORGE** Benoit, **VAN DER MEULEN** Marine, **VERDEJO** Patrick, **VERNEUIL-FERNANDEZ** Poema, **WAMBEKE** Thérèse.



POUR EN SAVOIR PLUS...

Infos pratiques

- Consultez notre site sur www.toacnatation.com
- Les permanences du TOAC (où et quand?) [ici](#)
- Contactez-nous par mail email@toacnatation.org
- Gagnez du temps et commandez en ligne vos articles natation sur la boutique [ici](#)
- Découvrir le rôle d'officiel (chronométreurs, contrôleurs de virages, juges...) [ici](#)
- L'École de Natation Française (ENF) [ici](#)
- La section Handisport [ici](#)
- La section « Maîtres » (réservée au plus de 25 ans) [ici](#)



***** NOUVEAU*****
Scannez moi pour
enregistrer tous les
contacts du club sur
votre smartphone

A bientôt pour d'autres actualités ...