

L'INFO DU MOIS



2012 : ça repart encore plus fort !



Numéro 12
Février 2012
www.toacnatation.org

Sommaire

Edito	4
Fêtes de fin d'année à JOB !	5
Deuxième éliminatoire des médailles du TOAC	7
Un challenge à 200%	11
Première étape de 2012 pour les maîtres !	12
Circuit départemental, étape 3 !	15
Le 2 ^{ème} Trophées Paule Lacoste.....	16
C'est partit pour le Natathlon !	17
La boutique du club	18
Divers.....	19

Edito

Cette fois, c'est parti pour 2012 !! Après un début de saison explosif en 2011, nos nageurs attaquent cette année 2012 très fort. Les médailles du TOAC qui se sont déroulées le 7 janvier dernier ont lancé 2012 et ont prouvé, s'il le fallait, la grande motivation de tous nos nageurs. Depuis, chaque groupe a bien repris le rythme et les compétitions se déroulent toujours aussi bien pour les nageurs au bonnet bleu et blanc. Bref, 2012 semble déjà partir sur les chapeaux de roues. Espérons qu'elle sera tout aussi bonne et prometteuse que la précédente. Comme toujours, vous pouvez nous envoyer vos photos, vos réactions, vos commentaires pour participer activement à la vie de votre club. Pour ça, n'oubliez pas l'adresse du TOAC: email@toacnatation.org Tous les membres du bureau vous souhaitent une agréable lecture de ce nouveau numéro de l'info du mois et vous présente tous ses meilleurs vœux pour 2012.

Sportivement

Les membres du bureau

L'info du mois

Fêtes de fin d'année à JOB !

L'année 2012 a démarré fort pour le TOAC Natation avec l'arrivée dès le premier week end de janvier de la 2^{ème} étape qualificative des médailles du TOAC à la piscine Léo Lagrange de Toulouse. Pour les jeunes nageurs du TOAC Natation, cette 2^{ème} étape, marquait la reprise de la compétition après avoir fini l'année 2011 sur une note très festive. En effet, le samedi



17 décembre 2011, marquait la fin des entrainements pour les jeunes pousses du club qui ont eu droit à un petit goûter festif organisé par les entraineurs et les bénévoles du club à la piscine JOB. Malgré beaucoup d'improvisation pour une première les parents présents sur place et leurs enfants ont tous gardés un excellent souvenir de cet entrainement inhabituel encadré par les entraineurs présents (Véra, Lorraine, Sélim, Jonathan, Camille et Cyril), pour rendre cette matinée ludique pour tous.



Les enfants qui, au passage, se sont plus épuisés à faire les jeux proposés par leurs entraineurs que lors d'un entrainement classique. C'est ainsi qu'après un effort inhabituel, tous ont fini par partager un goûter bien mérité, mis en place par les membres du bureau de la section natation du TOAC (notamment Ghislaine Faure et Natacha Azéma) et bien aidé par le père Noël, arrivé un peu en retard mais qui ne sont pas partis sans distribuer de nombreux bonbons à tous les bambins.

Lors de cette matinée, les parents en ont également profité pour discuter et échanger leurs idées, leurs points de vue et leurs ressentis avec les bénévoles du club afin d'améliorer la vie sportive. Ils ont au passage souligné l'investissement des entraîneurs et des bénévoles du club. Une preuve supplémentaire de la marche en avant et du renouveau



Le goûter tant mérité !

de notre section. Une opération entreprise par le club depuis plus d'un an et qui est en passe de réussir avec de gros challenges à venir, et notamment, la 50ème édition de la finale des médailles du TOAC qui auront lieu début juin à la piscine Léo Lagrange de Toulouse et qui promet d'être exceptionnelle pour les nageurs et les spectateurs !!



Deuxième éliminatoire des médailles du TOAC

Moins d'une semaine après la reprise des entraînements, poussins et benjamins reprenaient le chemin de la compétition pour défendre les couleurs de leur club préféré, le TOAC. Comme à chaque fois, nageurs, entraîneurs, officiels et bénévoles sont venus un peu avant 14h pour la mise en route de la compétition et l'échauffement. Les entraîneurs en ont profité pour donner quelques conseils utiles à leurs nageurs et régler les derniers détails. Une façon aussi d'évacuer le stress pour ces jeunes nageurs qui sont là aussi pour donner le meilleur d'eux-mêmes devant leur parent présent dans les gradins pour les supporter !



A vos marques !

concurrentes. En effet, elle termine 1ère avec un temps de 39''79 loin devant sa dauphine. On retrouve néanmoins à la 6ème place Sawssen Fajr en 46''71. Bref, après cette 2ème étape des médailles du TOAC, les résultats sont très positifs dans l'ensemble et annoncent des moments riches et forts pour tous les nageurs du club lors des prochaines épreuves et de la finale qui se déroulera le 2 juin prochain.

Côté résultat maintenant, intéressons-nous à Thomas Andonoff qui en 100m brasse chez les benjamins (12-13ans) signe un temps de 1'14''16 qui le place directement au 10ème rang. Il est imité par un autre benjamin, Arthur Laborde, qui termine lui aussi 10ème mais sur le 100m dos avec un temps de 1'37''18. Les benjamins, n'ont pas démerité sur cette distance et signent un très beau tir groupé avec Camille Boignard, 11ème en 1'39''08, Héloïse Morin Lemoine qui termine 10ème en 1'37''60, Théa Azema, 9ème en 1'36''56 et enfin Agathe Cadot-Burillet 7ème avec un temps de 1'34''26. Sur le 50m dos en revanche, Aurore Faure n'a pas laissé la moindre chance aux autres



L'info du mois



Jean et Nadège à la chambre d'appel. Une équipe au top !

Coté classement général sur la région, on notera qu'Aurore se classe pour l'instant 3^{ème} du 50m nage libre et 1^{ère} du 50m dos chez les poussines 2. Chez les poussines 1 cette fois, et toujours en 50m dos, c'est Sawssen qui tient la première place. Elle est également 3^{ème} du 50m papillon, toujours chez les poussines 1. Chez les garçons, Thomas Andonoff en 100m nage libre (benjamin 1) est quant à lui 5^{ème} du classement et 3^{ème} sur le 100m dos.

De bons résultats très prometteurs pour l'avenir. L'ensemble du club et des membres du bureau leur souhaite de beaux résultats pour la 3^{ème} étape des médailles. Nous espérons tous les voir grimper sur le podium lors de la finale du 2 juin prochain. Ci-dessous, quelques photos de cette journée.







TYR®

Always in front.

Partenaire
officiel du



Rendez vous sur
www.tyr-shop.fr



Un challenge à 200%

Au lendemain des 2^{ème} médailles du TOAC, les nageurs poussins et benjamins du club, devaient repartir au travail pour le challenge des 200 à Muret le 8 janvier dernier. Comme son nom l'indique, cette compétition ne comporte que des 200m. Un 200m nage libre et un 200m 4 nages. Une épreuve où 10 nageurs étaient engagés. On retrouvait parmi eux Aurore Faure, Thomas Andonoff, Agathe Cadot-Burillet, Arthur Laborde, Camille Boignard, Marlène Valentin, Théa Azema, Juliette Deman, Camile Seki el Idrissi et Nicolas Marckert.

Le moins que l'on puisse dire, c'est que nos jeunes nageurs ne nous ont pas déçus. A commencer par Aurore Faure qui après avoir brillé aux médailles s'offre le 6^{ème} chrono du 200m nage libre en réalisant un temps de 3'02''56. Un excellent chrono donc qui ne l'a pas empêché de signer la 4^{ème} place sur le 200m 4 nages. Avec un temps 3'18''54, elle peut être très contente d'elle, même si sa rivale termine l'épreuve à 1/10^{ème} de seconde devant elle.

Les garçons, bien que moins nombreux, ne sont pas en reste. On retrouve notamment sur le 200m 4 nages, Thomas Andonoff qui en réalisant un temps de 2'40''45, s'empare de la 8^{ème} place. Globalement le club repart de Muret avec de bons résultats malgré la fatigue accumulée par la compétition de la veille. Notons également les résultats d'Arthur Laborde en 200m 4 nage avec un temps de 2'59''06 ainsi que d'Agathe Cadot-Burillet en 2'59''84 sur le 200m nage libre catégorie benjamine.

Encore un grand bravo à tous nos jeunes champions qui au prix de nombreux effort font progresser leur club et lui offre un avenir des plus prometteur !!



Première étape de 2012 pour les maîtres !

Les maîtres de toute la région Midi-Pyrénées se sont rassemblés dans les premiers froids de l'hiver, le dimanche 15 janvier pour la première étape du trophée M. Ducros à Alex Jany (Toulouse). Sous l'égide de Sélim leur entraîneur, et avec la complicité de Caroline et Audrey, les Maîtres du TOAC n'ont eu aucun mal à



remporter le trophée du nombre. Un trophée tout spécialement créé par le comité régional Midi-Pyrénées de natation pour récompenser le club qui présente le plus de nageurs et d'engagements. En effet, avec plus de 120 engagements, le TOAC représentait à lui seul 1/3 des engagements de cette compétition. Nos maîtres en ont profité pour réaliser quelques belles performances et notamment plusieurs temps de qualification pour les prochains championnats de France maîtres hiver à Angers en Mars prochain.

On notera quelques belles performances chez les filles avec notamment, le retour brillant de Lorraine Lemaitre qui après plusieurs années d'arrêt de la compétition s'offre une belle 7^{ème} place sur le 50m nage libre (33''42) et signe au passage la meilleure performance féminine sur cette distance. On retiendra également le beau doublé de Julie Ducrocq et Mathilde Bodu qui terminent respectivement 2^{ème} et 3^{ème} du 400m nage libre. Julie qui signera également la



2^{ème} place mais cette fois sur le 50m dos avec un temps de 34''70, quant à Mathilde, sur le 100m brasse, elle termine 1^{ère} avec un temps de 1'30''98. Sur le 1500m nage libre à présent, on notera la belle attitude de Lucia Aragones qui avec un temps de 22'03''75 réalise les minima pour les

championnats de France hiver.



Toujours chez les filles, il faut retenir le très beau tir groupé des papillonnesuses puisqu'on retrouve aux trois premières place du 50m, Julie (31''93), Mathilde (35''67) et Lorraine (36''54). Elles sont suivies de très près par Bénédicte Vernier 6^{ème} en 38''17. Bénédicte qui terminait 1^{ère} du 200m

papillon avec un superbe temps de 1'15''25. Terminons cette partie consacrée aux filles par les épreuves de 4 nages ou sur 100m, Julie s'empare de la 2^{ème} place juste derrière Anne Velez de Millau. Quant au 200m, c'est Mathilde qui termine 1^{ère} (2'55''26) devant Lucia (3'10''38).

Jettons à présent un œil aux performances des garçons où sur 50m nage libre, Xavier boulanger en 25''58 décroche la 2^{ème} place suivis par le duo Charle-Henri Afonso (5ème en 26''90) et Grégory Solomiac (6ème en 26''92). Grégory qui aura su inverser la tendance lors du 50m dos en réalisant le meilleur chrono de la journée en 30''25 devancant ainsi Christophe Sardet 3^{ème} en 31''28 et Xavier Boulanger en 32''32. On retiendra également la 6^{ème} place de Xavier Gorses qui a été capable de descendre son 50m Dos d'une seconde et demi en mettant la



Combi TYR, lui offrant ainsi sa qualification pour les championnats de France. Christophe Sardet quant à lui n'en restera pas là puisqu'on le retrouve sur le 200m dos où il finit 2^{ème} en 2'36''24. Sur le 400 nage libre, on retiendra, le retour à la compétition de Patrick Carton qui parcourt la distance en 5'42''87. Un beau chrono pour un retour prometteur.

Chez les brasseurs, c'est sans surprise que l'on retrouve Xavier Boulanger en haut du classement sur le 50m avec un temps de 30''59. Il finira en revanche

2^{ème} sur le 100m (1'08''58) juste devant Cyril Cavagna 4^{ème} en 1'15''65 et Grégory Solomiac 5^{ème} en 1'17''12. Cyril qui sera 3^{ème} du 200m papillon en 2'23''52 mais seulement 8^{ème} du 50m en 30''00. Devant lui on trouve Xavier Boulanger (3^{ème} en 27''98) et Charle-Henri Afonso (5^{ème} en 29''43). Sur le 200m 4 nages, on



Les Maîtres du TOAC remportant le trophée du nombre.

retrouve Nicolas Juguet 3^{ème} en 2'34''89 et Nicolas Boudet 5^{ème} en

2'36''12. Enfin, finissons par les relais où cette compétition était l'occasion pour Loïc Fanlou, notre directeur sportif, de « renfiler » son maillot après 9 ans d'absence en compétition. Il termine premier du relais composé par Cyril Cavagna, Nicolas Boudet et Sélim Dra qui a réussi à tenir tête à Gregory Solomiac dans un finish exaltant. L'équipe était composée de Xavier Boulanger, Alexandres Sandres, Charle-Henri Afonso et Gregory Solomiac.



Circuit départemental, étape 3 !

Alors que les masters étaient en train de barboter et de faire des ronds dans l'eau à la piscine Alex Jany, les jeunes s'étaient donnés rendez-vous à Balma pour montrer ce qu'ils savaient faire à l'ensemble des clubs de la Haute-Garonne. Loin d'eux l'idée de rendre cette compétition à la légère ! Mais intéressons-nous aux résultats de cette compétition puisqu'ils ont été très satisfaisants.



Comme souvent, honneur aux dames, avec Anaïs Raphalen qui termine en 32''08, 4^{ème} du 50m nage libre, avant de décrocher la 3^{ème} place du podium sur le 100m nage libre en 1'10''75. Toujours en nage libre mais sur le 200m, la 2^{ème} place revient à Nathalie Glinos. Une nageuse du groupe des maitres qui était venu à Balma pour réaliser un chrono sur cette distance car il n'y avait tout simplement pas de 200m nage libre à la compétition masters. Au passage, Nathalie signe un très beau 2'33''69.



Nathalie Glinos

Chez les garçons à présent, le club pouvait compter sur Vincent De Almeida lors du 50m nage libre (entre autre) car il décroche sur cette épreuve, le meilleur temps en 26''87, il réussira la passe de 3 en signant également le meilleur temps sur le 100m (58'72) et 200m nage libre (2'15''54). Sur cette dernière épreuve, notons qu'il est suivi de près par Paul Boris qui termine lui 6^{ème} en 2'34''41. Les brasseurs ne sont pas en reste avec Aurélien Terry qui signe lui aussi le 6^{ème} chrono du 50m en 38''16. Enfin, en papillon, le très attendu Pierre Azais, n'a pas déçu ses entraîneurs en terminant premiers du 100 m papillon avec un temps de 1'04''81. Il récidivera cette performance mais sur le 200m 4 nages en 2'35''01.

Nul doute que nos nageurs départementaux auront pleinement satisfait leurs entraîneurs et montré à l'ensemble des clubs du département qu'il faut compter sur le TOAG en cette saison 2011/2012 !!

Le 2^{ème} Trophées Paule Lacoste

C'est à Toulouse, le 21 janvier dernier, que se déroulait 2^{ème} trophées Paule Lacoste, notre club n'avait mobilisé qu'un petit groupe de nageur pour cette compétition, mais ils sont revenus avec quelques beaux résultats. Il s'agissait pour nos poussins de leur seconde compétition après les médailles du TOAC. Une belle occasion de prouver tout leur savoir faire en vu de la 3^{ème} étape.

On retrouvait à cette occasion, Aurore Faure qui, comme on pouvait s'y attendre n'a pas flanché et nous reviens avec de très beaux résultats comme par exemple le 50m dos où elle termine première avec un temps de 39''94. En 100m 4 nages, avec un temps de 1'30''75, aurore décroche la 2^{ème} marche du podium et finit enfin 6^{ème} du 50m papillon en 42''79.



Notons également qu'en 50m dos, Sawssen Fajr réalise un temps de 45''63 et Lillia-Rose Negro un chrono de 50''00. Tout comme Aurore, on les retrouvera aussi lors du 50m papillon. Une distance parcourue en 47''95 pour Lillia-Rose et 49''63 pour Sawssen.

Enfin chez les garçons à présent, notons qu'Hyppolite Gris signe un temps de 55''68 sur le 50m dos messieurs.

Peu de résultat pour cette compétition car peu de nageurs inscrit. Mais qu'importe, nos nageurs ont rempli leurs objectifs, et montré qu'il fallait malgré tout compter sur le TOAC Natation dans le petit monde de la natation toulousaine. Soulignons au passage, la présence en tant qu'officiel de Philippe Bavière et de Ghislaine Faure.



C'est parti pour le Natathlon !

Le dimanche 22 février dernier, à la piscine de Nakache à Toulouse, tous les benjamins du département c'étaient donnés rendez-vous pour la première étape du Natathlon. Naturellement, le TOAC ne pouvait pas passer à coté de cette compétition qui rythme la deuxième partie de la saison. Accompagné par Natacha Azéma, Eric Andonoff et Eric Négro comme officiel, la compétition s'annonçait bien pour le club. Au programme entre autres, le 100m nage libre où Camille Boignard est notre meilleure représentante féminine avec un temps



de 1'22''95. Elle suit de près (mais chez les garçons cette fois) Arthur Laborde en 1'22''17 et Thomas Andonoff en 1'13''02. Sur le 50m dos, jolie tir groupé des filles puisque Héloïse Morin Lemoine (42''14), Agathe Cadot-burillet (42''30), Inès Kaici (43''89) et Théa Azéma (43''92) se tiennent en quelques centièmes !! En 50m papillon, chez le garçon cette fois, on retrouve à nouveau Arthur et Thomas au coude à coude. En

revanche, cette épreuve aura été plus profitable à Arthur qui parcourt la distance en 39''08 alors que Thomas lui signe un temps de 40''26. Un temps qui peut sûrement s'expliquer par sa participation au 800m nage libre. Il termine d'ailleurs 6^{ème} de cette difficile épreuve en 11'34''05. Notons également que chez les filles, Agathe a elle aussi participé au 800m nage libre et signe un temps de 12'35''80. Elle est suivie par Azzura Negro en 13'12''08, Héloïse Morin Lemoine en 13'12''53 et Inès Kaici en 13'15''66.

Félicitation donc à tous nos nageurs pour leurs beaux résultats et félicitation également à leurs entraîneurs pour ce travail bien fait !!



La boutique du club

Le club, via sa boutique, mets à votre disposition de nombreux articles aux couleurs du TOAC ou directement issus de la gamme de produits de notre partenaire TYR. De plus, le TOAC vous propose cette saison, des promotions mensuelles sur différents articles en stock (palmes, plaquette, bonnet, maillots, etc...) Contacter nous, donc via l'adresse mail du club:



email@toacnatation.org si vous êtes intéressé pour n'importe quel produit. Ce mois ci, nous vous proposons une réduction de 10% sur les palmes et les plaquettes si vous passez une commande via internet à l'adresse indiquée ci dessus. Pour plus d'infos sur les produits TYR, rendez-vous sur le site : www.tyr-shop.fr



TYR®

Always in front.

Divers

À vos galettes !

Les adultes et ado loisir de la piscine Toulouse Lautrec ont organisé mardi 17 janvier une petite galette des rois après leur entrainement. Après avoir partagé la frangipane et la couronne, ils partagent avec nous et en image ce moment festif !



Anniversaires

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

Younès AISSANI	Thomas HIGGINS	Maelys MOUSSAOUI
Eric ANDONOFF	Marine HUSSON	Christian ORDITZ
Muriel ANDREU	Déborah KABY	Mathis PAYRASTRE
Sandrine BAIOTTO	Inès KHITER	Fanny PELLEFIGUE
Jean-Simon BENTLEY	Audrey LASSALLE	Clarisse PERONNET
Maxime BLAISONNEAU	Thimothé LEBAS	Jean QUINSAT
Yoann BOUILLET	Sarangan UTHAYAN	Célia REYES
Emilie BRUNE	Ekaterina LEBEDEVA	Anne-Laure ROUQUIER
Cyril CAVAGNA	Ambre LEVY	Maryline SAU
Sébastien CROUZET	Christophe LIGNON	Lissa SEBBAN
Nathaniel DAHAN	Lucille LIMANSKY	Heimanu SICHAN
Julie DURBET	Don Paul LUCIANI	Sana SLAMNIA
Marie ETIENNE	Gilles MALECOT	Aurélien TERRY
Aurore FAURE	Théo MARDON	Laurent TROY
Christelle FOURNILON	Anick MARY-JEAN	Zoé GISCLOUX
Yann FUMEAU	Coralie MIRC	Véra HEDIER
Léna MONLOUIS- BONNAIRE	Linda MOHAMADINE KANDRI	
Nadjib HELHAL		

Merci aux volontaires

Vous le savez sûrement, mais sans les officiels, les compétitions ne pourraient pas avoir lieu. Les officiels, ce sont des bénévoles qui viennent pour aider au bon déroulement des compétitions et pour partager leur amour de la natation avec les nageurs de tout niveau. Cette année, quelques bonnes volontés nous ont rejoints comme Eric Andonoff, Cécile Pierron et Eric Négro pour ne citer qu'eux. Beaucoup d'entre eux passe déjà l'examen d'officiel B (juge au virage) pour aider un peu plus le club qui d'ailleurs compte depuis peu, un officiel A. leur aide et nous rappelons à toutes les bonnes volontés qu'ils sont les bienvenus !!



Ghislaine et Jean, un duo de choc parmi les officiels du club !