



TOAC de neuf au club !!!

Avril 2014



N°12

SOMMAIRE

Le mot du Président	page 3
TEAM CUP.....	page 4
NATATHLON 2ème étape	Page 6
Championnats France Élite	page 8
Assemblée Générale Omnisports.....	Page 10
Meeting Départemental de Foix.....	Page 13
Tournoi interne Jean-Pierre Lassalle.....	Page 14
ILS SONT NÉS EN AVRIL : Bon anniversaire à	Page 15
BOUTIQUE : la promo du mois.....	Page 16
POUR EN SAVOIR PLUS : mémorisez les contacts en un seul scan.....	Page 18

LE MOT DU PRÉSIDENT



Toac de neuf très chargé puisqu'il regroupe toutes les compétitions du mois d'avril et celles du mois de mai. Mais il évoque surtout notre compétition principale, la Finale des Médailles du TOAC, détaillée dans ce numéro.

Je tiens à remercier également les adhérents qui ont bien voulu participer à l'essor du club en répondant au sondage disponible sur notre site. Vous êtes près de 250 adhérents à avoir participé, nous sommes en phase d'analyse et nous ferons le maximum pour répondre à vos attentes.

IMPORTANT !!

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 14 juin 2014 et non plus le 7 juin.**

Elle se déroulera au centre culturel de JOB. Des précisions sur le déroulement de cette journée dans ce TOAC de neuf.

Bonne lecture et sportez vous bien !!

TEAM CUP

Samedi 12 avril a eu lieu la Team Cup à la piscine de Portet-sur-Garonne. Une compétition où l'on retrouve les meilleurs Poussins & Avenir du département (nageurs âgés entre 9 et 11 ans). Le TOAC Natation a présenté 3 équipes (2 équipes filles et 1 équipe garçon).

• L'équipe 1 Dames était composée de :

DE PRADA Lou-Ann

COUZI Juliette

SLAMNIA Sana

RIGOLLET-BOULONGEOT Justine.

• L'équipe 2 Dames était composée de :

ETIENNE Marie

GRILLON Élodie

KEMP Abigail

LAMBALLAIS Angelina.

• L'équipe garçons était composée de :

DANA Elie

NEGRO Terris

PRAT- BALAGNA Virgile

THROM Simon.



EQUIPE 1



EQUIPE 2



TEAM CUP

Nos équipes n'ont pas démerité bien au contraire ! Les filles se classent respectivement **17^{ème}** pour l'équipe 2 et **5^{ème}** pour l'équipe 1, le tout sur **un total de 22 équipes** ! Les garçons se sont classés **8^{ème} sur 18 équipes**.

Ce classement est plus que satisfaisant pour le TOAC Natation. Face à de grosses écuries présentes, nos jeunes nageurs ont porté fièrement les couleurs de leur club. Ce que les entraîneurs présents lors de la compétition (Élodie Samouilhan et Damien Martins) retiennent surtout c'est l'état d'esprit dans lequel ces jeunes ont nagé. Ils se sont impliqués dans chacune de leur course pour donner le meilleur et ce fut le cas puisque tous ont amélioré leur temps que ce soit en individuel et dans les relais.

Des encouragements, des sourires et un cri de guerre : Donnez-moi un T, Toulouse ; donnez-moi un O Olympique, donnez-moi un A Aéro, donnez-moi un C club, mais quel club ? TOOOOOAAAACCC !!!



NATATHLON 2^{ème} ÉTAPE

Le 13 Avril a eu lieu la 2^{ème} étape du Natathlon à la piscine Alex Jany. Les 9 Benjamins du groupe Compétition étaient présents pour cette étape avec l'envie de faire au mieux. Et ce fut le cas puisqu'ils ont tous réalisé leurs meilleures performances afin de pouvoir atteindre la finale.

Les filles avaient pour programme 200 4N, 50 Pap et 50 NL (Benjamines 1) et 400 4N, 50 Pap et 50 NL (Benjamines 2). Pour les garçons les épreuves du 50 Dos, 50 Brasse et 200 4N étaient à réaliser.

On peut noter les belles performances des nageuses du 400 4N : Marion **2^{ème}** en 5'47, Perrine **3^{ème}** en 5'51, Aurore 7^{ème} en 6'07, Roxane 11^{ème} en 6'25 et Lucile 12^{ème} avec un temps de 6'31.

Au 200 4N, Alexandre a fait 3'13 sur cette épreuve. Sawssen a terminé **5^{ème}** (3'08), Mona 7^{ème} (3'11) et Florentine 10^{ème} (3'19).

Sur le 50 Dos, Alexandre réalise un temps en 44"12 où il bat son temps de plus de 8 secondes ! Ce qui est énorme sur une si courte distance ! Sur 50 Brasse il se classe 5^{ème} général et **1^{er}** de son année d'âge (2002) avec 45"62.

Pour le 50 Papillon on notera également les belles places de nos champions en herbe : Marion **4^{ème}** en 34"06, Aurore **5^{ème}** en 34"55, Perrine 8^{ème} en 35"23, Mona 14^{ème} général et **3^{ème}** 2002 en 37"96, Sawssen 15^{ème} général et **4^{ème}** 2002 en 38"24, Lucile en 38"70, Roxane en 39"44 et Florentine en 44"41.

Il en va de même pour le 50 NL : Aurore **2^{ème}** en 29"57, Marion **5^{ème}** en 30"32, Perrine 8^{ème} en 31"08, Lucile en 33"09, Roxane en 33"12, Sawssen en 33"80, Mona en 35"08 et Florentine en 39"55.

Lors de cette compétition 3 nageurs du groupe Dragons 2 étaient inscrits :

Pourchaud Matilde sur 50 Dos (48"33) et 50 Brasse (52"04).

Gris Hippolyte qui a terminé **5^{ème}** au 400 NL avec un temps en 7'12 et qui a nagé un 50 Brasse en 59"43.

NATATHLON 2^{ème} ÉTAPE

Lors de cette étape, Marion a battu les records du club sur 50 Papillon pour les catégories d'âge 13 et 14 ans. Le record passe de 34"11 à 34"06.

Bravo à nos jeunes qui encore une fois ont prouvé leur détermination et leur envie lors de cette compétition !

Rendez-vous pris pour la prochaine étape du Natathlon qui aura lieu le 25 mai puis lors des grandes finales nationale, interrégionale, régionale et départementale, où se confronteront les meilleurs jeunes de France, du Sud-ouest, de Midi-Pyrénées, de Haute-Garonne.



CHAMPIONNATS de France ÉLITE

LE JUBILÉ DE CAMILLE

L'heure de raccrocher le maillot et de laisser la place aux plus jeunes :

Cette édition des Championnats de France Élite qui avait lieu à Chartres du 8 au 13 avril a revêtu cette année une ambiance particulière pour le TOAC Natation puisque Camille avait décidé que c'était la dernière compétition Élite de sa carrière.

C'est dans ce contexte particulier, empreint de sérénité, que le stress habituel d'un tel événement a été remplacé par le plaisir de nager et celui de faire un dernier petit tour dans ce bassin qu'il a si souvent traversé, en quête de performance.

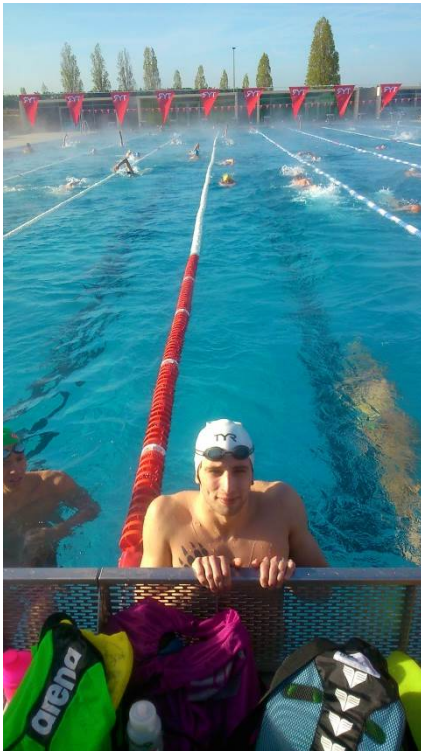
Pour ce dernier tour de piscine, il avait choisi de faire toutes les courses qu'il avait réalisées depuis son premier championnat en 2005 à Nancy : les 3 courses de Papillon et le 200m 4N.

- **le mardi** : il commence les championnats par sa course la moins performante, le **50m Pap**. Il finit à la 43^{ème} place.
- **le mercredi** : le **200m 4N** qui s'est conclu par une bonne surprise à la fin des séries matinales par une qualification en demi-finale Élite dans un temps de 2'09''22. À l'issue des demi-finales de l'après-midi, il finit à la 11^{ème} place synonyme de non qualification pour la finale.
- **le jeudi** : **jour du 200m Papillon**, la course la plus importante de son programme. Le matin il réalise un très bon 200m en 2'04''71 et signe ainsi le 7^{ème} temps du premier tour des qualifications. L'après-midi, malheureusement la demi-finale ne se déroule pas tout à fait comme il faut et il finit 11^{ème} en 2'05''38. La fatigue des courses de la veille a commencé à se faire sentir. En effet avec la composition du programme, il s'est retrouvé à nager les 4 courses de 200m en moins de 26 heures. Il n'avait plus la fraîcheur nécessaire pour réussir ce pari.
- **le samedi** : **jour du 100m Papillon**. Malgré un jour de repos, la fatigue et les courbatures des courses précédentes étaient encore trop présentes et il a échoué dès les séries dans un temps loin de sa meilleure référence, en 56''30.

Point de déception et que du bonheur pour Camille lors de son 10^{ème} et dernier Championnat de France. Juste le temps de faire un dernier tour de bassin, dire au revoir à tous ceux qu'il a croisés pendant ces longues années, un dernier plouf dans le grand bassin et retour vestiaire pour ranger le maillot... ou le remettre pour une autre aventure...

CHAMPIONNATS de France ÉLITE

LE JUBILÉ DE CAMILLE



ASSEMBLÉE GÉNÉRALE DE L'OMNISPORTS



Le 21 mai dernier s'est déroulée l'Assemblée Générale de l'Omnisports du TOAC. Cette AG était électorale où nous devions voter pour de nouveaux membres et ceci pour une durée de 4 ans. C'était l'occasion pour les dirigeants de l'Omnisports de faire un point sur la vie de l'association, qui se concentre au travers d'un **rapport moral**, rapport qui fut voté à la majorité, d'un **rapport financier** qui met en avant la bonne santé de l'Omnisports et d'un **rapport sportif** qui nous intéresse forcément davantage. **Et pour cause : 15 nageurs de la section Natation étaient récompensés lors de cette cérémonie qui s'est déroulée à la salle Nougaro !**

Le club au travers de ses dirigeants, était donc présent pour se joindre aux félicitations de notre président de Tutelle M. Jean-Paul MIQUEL.

Clôture de cette AG par la traditionnelle remise de récompenses avec un cadeau offert par le TOAC à l'ensemble des sportifs pour leurs superbes résultats à tous les niveaux.

Petite déception pour notre président de section, Richard SAMOUILHAN, avec une forte absence de récipiendaires et donc des récompenses qui n'ont pu être récupérées pour les nageurs absents, c'est bien dommage.

La soirée se termina par le traditionnel apéritif, occasion pour l'ensemble des dirigeants de partager sur divers points et ainsi positionner la section Natation pour l'avenir.

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE DE L'OMNISPORTS

RÉSULTATS



COSTE	Camille	Finaliste A Championnat de France Elite, 6ème Français			DUCROCQ	Julie	100 NL	Or C2	Championnat de France des Maîtres Eté
		50 Pap	Or	Championnat Régional 50m			200 NL	Or C2	Championnat de France des Maîtres Eté
		100 Pap	Or	Championnat Régional 50m			200 Dos	Or C2	Championnat de France des Maîtres Eté
		200 Pap	Or	Championnat Régional 50m			100 pap	Or C2	Championnat de France des Maîtres Eté
REGNIER	Marion	100 Brasse	Or	Championnat Régional 50m			50 Pap	Or C2	Championnat régional des Maîtres 25m
							50 Brasse	Or C2	Championnat régional des Maîtres 25m
							200 Pap	Or C2	Championnat régional des Maîtres 25m
							100m 4N	Or C2	Championnat régional des Maîtres 25m
SAINTIGNAN	Sébastien	100 Pap	Or	Championnat Départemental Eté			200m 4N	Or C2	Championnat régional des Maîtres 25m
							100 NL	Or C2	Championnat régional des Maîtres 25m
ANDONOFF	Thomas	OR		Championnat Interrégional Natathlon			100 Dos	Or C2	Championnat régional des Maîtres 25m
							100 Pap	Or C2	Championnat régional des Maîtres 25m
							100 NL	Or	Championnat Régional 50m
							100 NL	Or C2	Championnat de France des Maîtres Hiver
AFONSO	Charle-henri	50 Dos	Or C1	Championnat régional des Maîtres 25m			200 NL	Or C2	Championnat de France des Maîtres Hiver
		50 Brasse	Or C1	Championnat régional des Maîtres 25m			200 Dos	Or C2	Championnat de France des Maîtres Hiver
		50 Pap	Or C1	Championnat régional des Maîtres 25m					
		100 Pap	Or C1	Championnat régional des Maîtres 25m					
BERNARD	Sylvain	50 NL	Or C1	Championnat régional des Maîtres 25m	FAGES	Michel	200 m 4N	Or C6	Championnat régional des Maîtres 25m
BOUDET	Nicolas	200 NL	Or C1	Championnat régional des Maîtres 25m	GORSE	Xavier	200 Dos	Or C1	Championnat régional des Maîtres 25m
							100 NL	Or C1	Championnat régional des Maîtres 25m
							100 Dos	Or C1	Championnat régional des Maîtres 25m
							100m 4N	Or C1	Championnat régional des Maîtres 25m
BOULANGER	Xavier	100 Brasse	Or C1	Championnat régional des Maîtres 25m			400m 4N	Or C1	Championnat régional des Maîtres 25m
GLINOS	Nathalie	50 pap	Or C5	Championnat de France des Maîtres Eté	GUIRAUD	Benoît	100 Brasse	Or C4	Championnat régional des Maîtres 25m
							50 Brasse	Or C4	Championnat régional des Maîtres 25m
BRUNE	Emilie	50 pap	Or C1	Championnat régional des Maîtres 25m			200 Brasse	Argent C4	Championnat régional des Maîtres 25m
CARTON	Patrick	200 NL	Or C9	Championnat de France des Maîtres Eté	HAENLIN	Marc	200 Pap	Or C6	Championnat régional des Maîtres 25m
							50 Pap	Or C6	Championnat régional des Maîtres 25m
							100 Pap	Or C6	Championnat régional des Maîtres 25m
							50 NL	Or C6	Championnat régional des Maîtres 25m
		1500 NL	Or C9	Championnat régional des Maîtres 25m			100 NL	Or C6	Championnat régional des Maîtres 25m

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE DE L'OMNISPORTS

RÉSULTATS



JOULIA	Alice	100 NL	Or C1	Championnat régional des Maîtres 25m	SOLOMIAC	Grégory	50 Dos	Or C2	Championnat régional des Maîtres 25m
		200 NL	Or C1	Championnat régional des Maîtres 25m			200 Dos	Or C2	Championnat régional des Maîtres 25m
		50 Brasse	Or C1	Championnat régional des Maîtres 25m			50 NL	Or C2	Championnat régional des Maîtres 25m
		200 Brasse	Or C1	Championnat régional des Maîtres 25m			100m 4N	Or C2	Championnat régional des Maîtres 25m
JUGUET	Nicolas	200 NL	Or C2	Championnat régional des Maîtres 25m	4x50 NL Dames	BODU Mathilde	Or R2	Championnat de France des Maîtres Été	
		100 Pap	Or C2	Championnat régional des Maîtres 25m		GLINOS Nathalie			
						SAMSON Muriel			
						DUCROCQ Julie			
LARRIERU	Emmanuelle	50 Brasse	Or C3	Championnat régional des Maîtres 25m	4x50 NL Messieurs	JUGUET Nicolas	Or R1	Championnat régional des Maîtres 25m	
		50 NL	Or C3	Championnat régional des Maîtres 25m		GORSE Xavier			
		100 NL	Or C3	Championnat régional des Maîtres 25m		LANSIAUX Remi			
						BOUDET Nicolas			
LARRIERU	Jean-louis	50 NL	Or C7	Championnat régional des Maîtres 25m	4x50 NL Messieurs	SANDRE Alexandre	Or R2	Championnat régional des Maîtres 25m	
		50 Brasse	Or C7	Championnat régional des Maîtres 25m		AFONSO Charles-henri			
		100 Brasse	Or C7	Championnat régional des Maîtres 25m		BOULANGER Xavier			
		100 4N	Or C7	Championnat régional des Maîtres 25m		SOLOMIAC Gregory			
PEREZ	Robert	100 Brasse	Or C3	Championnat régional des Maîtres 25m	4x50 4N Mixte	SOLOMIAC Grégory	Or R1	Championnat régional des Maîtres 25m	
RENAUDY	Christian	50 Pap	Or C7	Championnat régional des Maîtres 25m		BOULANGER Xavier			
		200 Pap	Or C7	Championnat régional des Maîtres 25m		BRUNE Emilie			
		400 NL	Or C7	Championnat régional des Maîtres 25m		DUCROCQ Julie			
		200m 4N	Or C7	Championnat régional des Maîtres 25m	4x50 NL Mixte	AFONSO Charles-henri	Or R2	Championnat de France des Maîtres Hiver	
		800 NL	Or C7	Championnat régional des Maîtres 25m		SANDRES Alexandre			
		400m 4N	Or C7	Championnat régional des Maîtres 25m		BRUNE Emilie			
SANDRES	Alexandre	200m 4N	Or C2	Championnat régional des Maîtres 25m		DUCROCQ Julie			
SARDET	Christophe	400 NL	Or C3	Championnat régional des Maîtres 25m					
		200 Dos	Or C3	Championnat régional des Maîtres 25m					



MEETING DEPARTEMENTAL DE FOIX

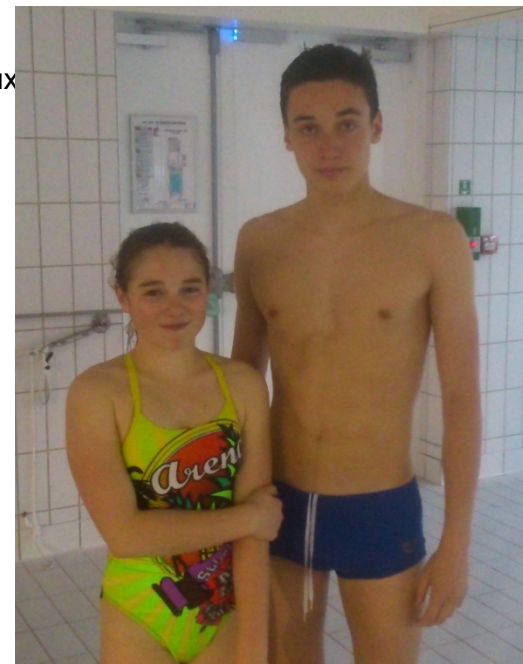
À l'issue des 2 meetings qualificatifs de la Haute-Garonne, 2 nageurs du groupe Minimes/Cadets A n'ont pas réussi les minima pour les Championnats Régionaux Été qui auront lieu du 31 mai au 1 juin 2014. Ces deux nageurs ayant manqué de très peu les temps de qualification sur leurs distances de prédilection, l'opportunité leur a été donnée de retenter leurs courses lors du Meeting qualificatif d'Ariège qui a eu lieu à Foix le dimanche 27 avril.

Choix qui s'est révélé judicieux puisque **Théa AZEMA** réalise les temps de qualification sur le 100 et 200m Dos (1'17''83 et 2'47''70) tandis que **Valentin Goze** décroche les fameux minima sur les 50 et 100m NL (27''64 et 59''56).

Lors de cette ultime compétition, ils ont su prendre leur chance en explosant littéralement leurs meilleurs temps de plusieurs secondes dès le matin ! Une façon de démontrer leur motivation et leur envie de démontrer que leur place était bien au niveau régional avec l'ensemble des autres nageurs du groupe.

L'investissement du club pour ce déplacement de dernière minute n'aura pas été vain.

Félicitation à eux deux.



TOURNOI INTERNE **JEAN-PIERRE LASSALLE**

Pour la première fois le TOAC Natation organisait une compétition interne à la piscine Jean Boiteux le 26 avril. Ce tournoi portait le nom de Jean-Pierre Lassalle, président pendant plus de 10 ans et président d'honneur récemment décédé. Une compétition qui ne pouvait que porter son nom.

Ce tournoi a concerné les catégories Tritons, Grenouilles, Dauphins 1 et 2, Dragons 1 et 2, et Poussins.

Et ce fut une compétition digne d'une compétition régionale puisque au total c'est **103 nageurs** qui ont répondu présents avec un nombre total de 190 engagements ! Pas mal pour une première !

Les plus jeunes nageurs se sont illustrés sur une distance de 25m et les plus grands sur 50m. Chacun d'entre eux a pu montrer fièrement à ses parents présents au bord du bassin, les progrès réalisés pendant l'année.

Ce tournoi avait également pour but pour l'équipe sportive du TOAC de repérer les futurs talents et d'observer les points forts et les points faibles de nos nageurs afin de palier à ça dès l'année prochaine afin que nos Toaciens soient de prochains champions de la natation.

Cela a également permis à nos jeunes nageurs de connaître le déroulement d'une compétition, fiche d'appel, starter, chronométreur.

Organiser une compétition de la sorte n'est jamais facile surtout avec un nombre de participants aussi important !

Les bénévoles ont fait de leur mieux pour pallier aux petits « couacs » qu'il peut y avoir lors de ce type de manifestation. Le TOAC est cependant content du résultat et fera en sorte que les futurs tournois (3 par saison à l'avenir) soient encore plus réussis !

Ce qui a également marqué l'ensemble de l'équipe dirigeante, c'est que petits et grands ont tous participé à leur manière.

Les plus jeunes en s'illustrant devant les yeux de leur parents, sortant le sourire aux lèvres, les plus grands accompagnant les petits derrière le plot de départ ou derrière le chronomètre et enfin les parents bénévoles également présents à la chambre d'appel et au chronomètre. Car c'est ça l'esprit du TOAC Natation, un esprit de famille où les plus anciens côtoient les plus jeunes dans le même but : nager et profiter. Un esprit que Jean-Pierre Lassalle nous a inspiré entre autre...

Bon anniversaire à...

Ils sont nés en avril



- **A à D** : ALLARD Yann, ANDREU Stéphane, AZEMA Régis, BARRIERE Nicolas, BEAUDREMONT Pauline, BEAUGET Sylvain, BERNARD-PEYRE Lucile, BERTIN Antoine, BERTRAND-TORRES Victor, BOTMANG-WHITE Shom, BOULANGER Xavier, CAILLAUD-FIORILLO Lorenzo, CHINNOCK Keith, COURADE Christine, DALIA Michel, DAPPE-HAMDANI Nahyva, DAYRE Coline, DEBERNAT Clément, DELAHAYE Hugo, DELORAINE Joan, DIGOIS Corinne, DUMOULIN Axel,
- **E à M** : ELKETROUSSI Hind, ELKETROUSSI Marwa, FAURE Carine, FLECHON Stéphane, GAL-ONG Lucie, GAUDILLERE David, HADRI Marwa, HAMANI Maïssa, HAOURI Ikram, HILMI Yassine, JACOLIN Titouan, LEMAIRE Loan, LETIENNE Claire, MAURER-CAZALS Milo, MIELVAQUE Virginie, MORIN LEMOINE Cassandre, MOUREY Julie,
- **N à Z** : N'GUYEN VAN PHI Anaïs, NOREL Hugo, PAGES Fanny, PECOULT Oscar, PECOULT Zoe, PEZO Benjamin, POURTAU Laetitia, PRAT-BALAGNA Virgile, QUERIN Guillaume, RENOUEAU Julie, RIMOUR Benoît, RIVENC Jean, ROUSSEAU Camille, ROY Enzo, SAMALENS Jeanne.

BOUTIQUE Promo du mois !!



Serviette club 10 €



Sac à dos Matériels 15 €



BOUTIQUE Promo du mois !!



Maillot femme 20 €



Maillot homme 15 €

POUR EN SAVOIR PLUS...

Infos pratiques

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



***** SCANNEZ-MOI*****
pour enregistrer tous
les contacts du club
sur votre smartphone