



# TOAC de neuf au club !!!

Octobre 2014



N°15

# SOMMAIRE

Le mot du Président .....	<a href="#">page 3</a>
Qui sommes-nous? Un peu d'histoire , l'équipe dirigeante.....	<a href="#">page 4</a>
Les 70 ans du TOAC Omnisports.....	<a href="#">page 5</a>
Flux RSS, quèsaco ?.....	<a href="#">page 7</a>
Championnats de France Minimes à Mulhouse.....	<a href="#">page 9</a>
15èmes Championnats du Monde des Maîtres à Montréal.....	<a href="#">page 10</a>
Polonat des Maîtres.....	<a href="#">page 15</a>
Interclubs Benjamins 1er plot à Balma.....	<a href="#">page 16</a>
PASS'COMPETITION à Balma.....	<a href="#">page 18</a>
Stage multi-activités des vacances de Toussaint.....	<a href="#">page 19</a>
Assemblée Générale du Comité Midi-Pyrénées de Natation.....	<a href="#">page 21</a>
Evénements à venir .....	<a href="#">page 23</a>
ILS SONT NÉS EN OCTOBRE : Bon anniversaire à.....	<a href="#">page 24</a>
BOUTIQUE : Promos du mois.....	<a href="#">page 25</a>
POUR EN SAVOIR PLUS : mémorisez les contacts en un seul scan.....	<a href="#">page 30</a>



## MOT DU PRESIDENT

La saison est donc lancée avec déjà ses premières compétitions et résultats.  
Vous trouverez ci-dessous les activités du mois d'Octobre, ainsi que les résultats de Juillet & Aout de la saison passée.

Activité principale de ce mois, le stage d'intégration de nos poussins & benjamins, stage recentré sur Toulouse cette année. Nous tenons tout particulièrement à ce stage, d'une part pour la préparation physique, d'autre part afin d'intégrer les nouveaux arrivants dans le groupe.

Important aussi pour les jeunes compétiteurs, les Interclubs Benjamins où nos jeunes se sont bien défendus en ce début de saison.

L'ENF, passage obligé pour nos futurs compétiteurs, merci aux parents qui suivent leurs enfants dans ces démarches de progression.

Un remerciement également aux parents accompagnateurs qui se sont proposés pour accompagner nos tout petits.

Début de saison bien huilé et où tous les bénévoles du club préparent les échéances importantes de cette saison.

Objectif pour les dirigeants en cette fin de mois, pouvoir absorber la trop longue liste d'attente avec encore et toujours un rendez-vous avec nos élus de la Mairie de Toulouse.

Les dirigeants bénévoles font tout le nécessaire pour le bien de l'ensemble des adhérents.

Ne pas hésiter à nous contacter pour nous faire part de vos remarques qui sont toujours constructives pour nous.

Important pour nos jeunes, parents et bénévoles notez dans vos agendas, la date du 29 novembre, première réunion qu'organise le TOAC, avec sa compétition de référence régionale pour les Poussins et Benjamins, les Médailles !

En attendant bonne lecture.

**Nous comptons sur vous !**

Richard Samouilhan

Président du TOAC Natation

## Qui sommes-nous?

- **Un peu d'histoire :** Créé en 1948, le TOAC NATATION est une association « loi 1901 » agréée par le ministère des sports et affiliée à la Fédération Française de Natation (FFN) et la Fédération Française Handisport (FFH). Elle est sous l'égide du TOAC Omnisports.
- **L'équipe dirigeante (13 membres actifs dont 5 membres du bureau exécutif) :** Jean Meier (président d'honneur), **Richard Samouilhan** (président), **Aurélie Devos** (secrétaire), **Edouard Fernandes** (secrétaire adjoint), **Raphaël Da Silva** (trésorier), **Jennyfer Van Der Heyden** (trésorière adjointe) , **Nadège Lassalle** (responsable Handisport), **Sophie Arnal – Brezun - Elodie Samouilhan - Marine Sutter - Philippe Frachet** (communication), **Natacha Azema** (boutique), **Marc Ferrand** (responsable Officiels).



# Les 70 ans du TOAC Omnisport

Le TOAC : Toulouse Olympique Aérospatiale Club, est une association loi 1901 sous tutelle du Comité d'Établissement d'Airbus Opérations SAS Toulouse. Fondé en octobre 1944, à la suite du jumelage du Toulouse Olympique XV et de l'Omnisports Aviation de Toulouse, le TOAC a suivi l'évolution de la société.

C'est le samedi 27 septembre que l'ensemble des 32 sections du club, fêta cet anniversaire.

Au programme l'après-midi, animations des différentes sections sur le site du 20 chemin de Garric. Le TOAC Natation représenté par son bureau, membres du CA et entraîneurs a mis en valeur ses compétences en mettant à disposition du public une piscine hors-sol.

Démonstrations d'aquagym par Richard et Edouard, concours de plongeon, dégustation de crêpes et gaufres ponctuèrent cet après-midi qui s'est terminé par l'inauguration du tout nouveau terrain de foot en gazon synthétique, suivi d'un pot de l'amitié.

Enfin la soirée de gala a conclu cette journée, marquée par le discours de Jean-Pierre Miquel, Président de l'Omnisports, avec la mise en avant du bénévolat, sans qui il n'y aurait pas de vie associative.

A noter la récupération par le section Natation des ballons aux fins de « recyclage » !!

[+] de photos sur :



# Les 70 ans du TOAC Omnisports



# Flux RSS, quèsaco ?

Derrière ce terme se cache un outil pratique et simple d'utilisation pour diffuser du contenu et, à l'autre bout de la chaîne, se tenir au courant des mises à jour du site du TOAC.



La plupart du temps, ce flux est indiqué par une petite icône, généralement au fond orange, comme ci-dessus. Sur notre site le raccourci vers le flux se situe en bas de la page d'accueil, logo à gauche dans le bandeau bleu du compteur de fréquentation.

Grâce à ce format, vous n'avez plus besoin de consulter notre site pour être informé : il suffit d'insérer notre fil d'informations RSS dans un logiciel compatible, de fait vous créer une veille sur les news de notre site.

Sachant que toute information est prioritairement diffusée sur notre site avant l'envoi d'email, vous serez averti immédiatement des dernières news (fermetures, grèves, résultats) ! Le site du TOAC produisant une à deux news par semaine en moyenne, vous ne serez pas saturé, mais juste informé au bon moment.

Il existe plusieurs moyens d'accéder, depuis votre ordinateur ou smartphone, au flux RSS.

Vous pouvez :

- utiliser votre logiciel de messagerie et profiter de ces informations en même temps que vous consultez vos emails,
- utiliser votre navigateur Web et afficher les différents flux d'informations sous forme d'une page (installation de modules, plug-in ou extensions nécessaires selon navigateur),
- utiliser un logiciel spécialisé dans l'agrégation de flux RSS, également connu sous le nom de lecteur RSS ou encore d'agrégateur d'actualités.

# Flux RSS, quèsaco ?

Quelle que soit la formule retenue, il vous faudra inscrire dans le logiciel utilisé l'adresse URL de chaque flux d'information que vous souhaitez récupérer. Une opération très simple, qui se résume souvent à un clic de souris.

La page ouverte permet de choisir soit de mettre le flux RSS en favori de votre navigateur utilisé (formule marque page dynamique), soit de procéder à l'envoi d'un mail d'alerte sur outlook), soit de gérer ce flux via une application spécifique à votre smartphone (consultez le catalogue d'applications possibles).

Une fois le choix fait, cliquez sur s'abonner !

En cas de difficulté, je vous invite à faire une recherche sur google pour faciliter votre connexion au flux, car chaque ordinateur, tablette, smartphone peut présenter des particularités liées à son OS ou navigateur, mais en pratique elle est facile d'installation.

## Championnats de France Minimes à Mulhouse

Du samedi 19 au mercredi 23 se déroulaient les Championnats de France Minimes à Mulhouse. Thomas ANDONOFF, accompagné de son coach Lorraine LEMAITRE, était notre seul représentant. Il s'était brillamment qualifié au cours des Nationales 2 sur 50m Papillon et 200m Dos et a pu ajouter le 200m NL à son programme.

Au cours de cette compétition, Thomas a abaissé ses records personnels sur 50m Papillon en 28''40 (au lieu de 29''04) et au 200m NL en 2'09''65 au lieu de 2'10''39. Il en profite pour battre ces propres records du club sur ces deux distances. Par contre le 200m Dos a été un peu plus dur et il n'a pas amélioré son temps.

Cette première expérience du niveau National sera utile pour le reste de sa carrière sportive.

Félicitations à lui.

[ + ] sur : [résultats TOAC](#)



# 15èmes Championnats du Monde des Maîtres à Montréal



7 de nos représentants étaient présents à Montréal (pas celui du Gers !) du 3 au 10 août, pour la dernière compétition de la saison du TOAC, les 15èmes Championnats du Monde des Maîtres.

Julie Ducrocq, Alice Joulia, Nicolas Boudet, Nicolas Juguet, Alexandre Sandres, Patrick Barbeau et Patrick Berger défendaient nos couleurs chez nos cousins d'outre-Atlantique.

Honneur aux Dames et en premier lieu Julie (C2) qui s'est adjugée pas moins de 3 titres de vice-Championne du Monde !

De l'argent sur 200m Dos, cela s'est joué à la touche, 2'31"25 contre 2'30"86 ☹, face à une adversaire française qu'elle maîtrise le reste de la saison, faute à un dernier virage raté, les aléas du sport.

**Argent sur 200m NL en 2'12"53**, battue cette fois-ci par une allemande hors de portée en 2'09"41 (pour info meilleur temps de Juju et record de France C2 2'11"95 !).

Rebelote sur 400m NL pour Juju qui obtient un troisième titre de Vice-Championne du Monde en 4'42"37, établissant au passage un nouveau record de France, le précédent étant détenu par je vous laisse deviner... Juju (4'43"50 Millau).

Sur 100m NL elle finit 9ème en 1'02"07, temps qui la fera probablement rentrer en Top 10 FINA.

## 15èmes Championnats du Monde des Maîtres à Montréal

Alice (C1), motivée cette saison par l'envie de participer à ces Monde, est allée chercher un à un ces temps de qualif malgré une préparation chaotique due aux stages divers et éloignés de notre interne !

Alice finit 54ème sur 100m Brasse en 1'34"70.

Sur 200m Brasse elle finit 40ème en 3'26"55, et malheureusement sur 400m NL elle réalise un NO TIME ☹ (chrono au-delà des minima, sanctionnée par une non-saisie officielle de la performance, qui n'apparaît donc pas dans les tablettes !).

Nicolas Boudet (C1) (Airbus) s'est aligné sur : 50m NL 75ème en 27"84, 100m NL 70ème en 1'02"01, 50m Dos 21ème en 34"35, 100m Dos 22ème en 1'16"15 (Meilleure Perf Perso MPP), 200m 4N 40ème en 2"38"88 (MPP).

Nicolas Juguet (C3) termine 56ème du 100m NL en 1'00"84, sur 200m NL 27ème en 2'15"06 et établit aussi sa meilleure perf, effaçant des tablettes son 2'16"60 de Millau. Nicolas finit 58ème en 29"61 du 50m Pap, passant sous la barre symbolique des 30 secondes, et rebelote pulvérisant son précédent record de 30"38 (Millau). Sur 100m Pap 35ème en 1'07"24 (MPP).

Alexandre Sandres (C2) finit sur 50m NL 30ème en 26"56, sur 100m NL 18ème en 58"22. Sur 200m NL, Alexandre atteint la 15ème place en 2'11"81 et bat ainsi de 10 centièmes sa meilleure perf établie à Antibes en 2013. Sur 100m Pap 27ème en 1'07"68 (MPP).

Sur 50m NL Patrick Barbeau (C7) finit 88ème en 31"23 (Meilleure Perf Perso ou MPP) , sur 50m Brasse 78ème en 42"23.

# 15èmes Championnats du Monde des Maîtres à Montréal

**Patrick BERGER (C8) apporte au TOAC son premier titre mondial !!! Au passage, record de France et d'Europe C8 sur 200m Pap !**

Il réalise un chrono de 2'39"84 (sa meilleure perf de la saison tout bassin confondu). Bravo Patrick, ceux qui l'ont vu à l'entraînement (le roi du rab) sauront reconnaître que le talent n'est pas tout, et que le travail paye !

Sur 100m Pap : Patrick finit 8ème en 1'11"34. Sur l'épreuve de 3 km Eau Libre il finit 5ème.

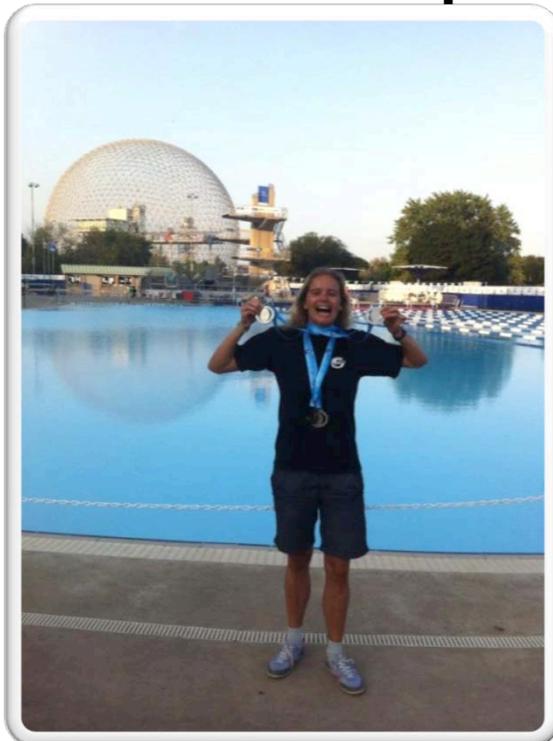
Pour l'équilibre du karma du TOAC, la nature pour compenser ces bons résultats, nous a fourni trois lanternes rouges (ou cuillères de bois selon que l'on soit de culture cycliste ou rugbystique) pour trois de nos nageurs (nous ne les citerons pas par égard pour eux, cela ne les dispensera pas de gâteau à la rentrée.

Petit bilan :

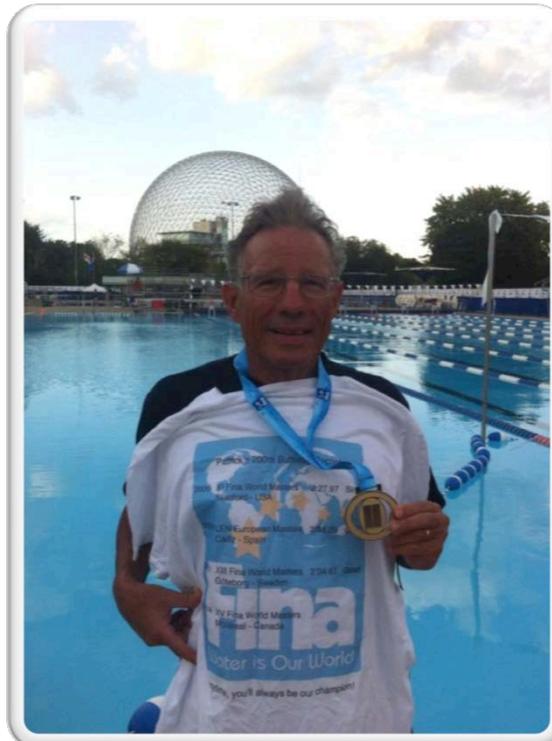
Le TOAC confirme sa place de meilleur club Midi-Pyrénées avec un titre de Champion du Monde (Patrick C8 200m Pap), trois de Vice-Championne du Monde (Julie C2 200m NL, 400m NL et 200m Dos). A son actif aussi 4 cuillères de bois (autant de soirées gâteau !!), et sûrement en janvier des perf dans le Top 10 FINA, plus des records perso du club, de France, d'Europe. Le tout dans la bonne ambiance, la convivialité qui caractérise l'esprit TOAC !

Ces résultats sont le fruit du talent, du travail des nageurs, mais aussi le fruit de l'investissement d'un homme, **Sélim**. Il a su, dans la bonne humeur, amener chacun à son meilleur niveau de performance. Sélim nous accompagnait depuis septembre 2009. Depuis la rentrée il est directeur sportif du FUS à Rabat. Le club le remercie.

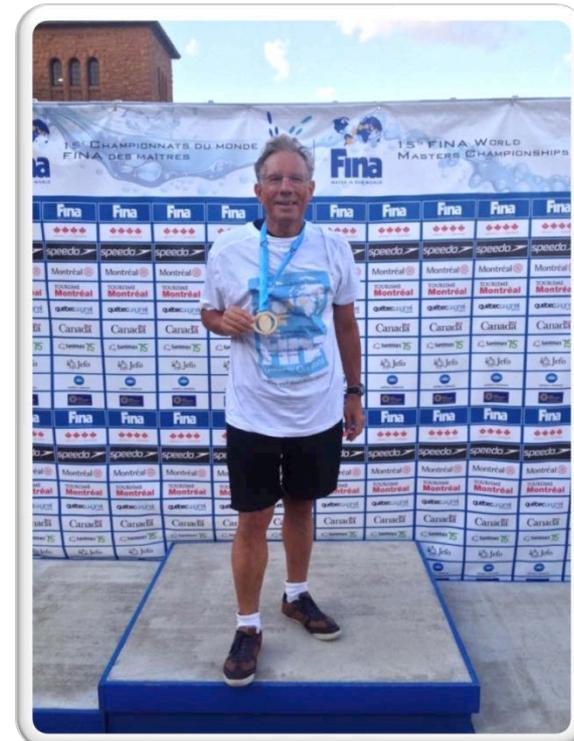
## 15èmes Championnats du Monde des Maîtres à Montréal



Julie Ducrocq : Médaille d'argent : 200m  
Dos, 200m NL, 400m NL (C2)



Patrick BERGER : Médaille d'or 200m Pap (C8) & record d'Europe



## 15èmes Championnats du Monde des Maîtres à Montréal



## Polonat des Maîtres

Troisième et cinquième place des Masters pour lancer la saison !!

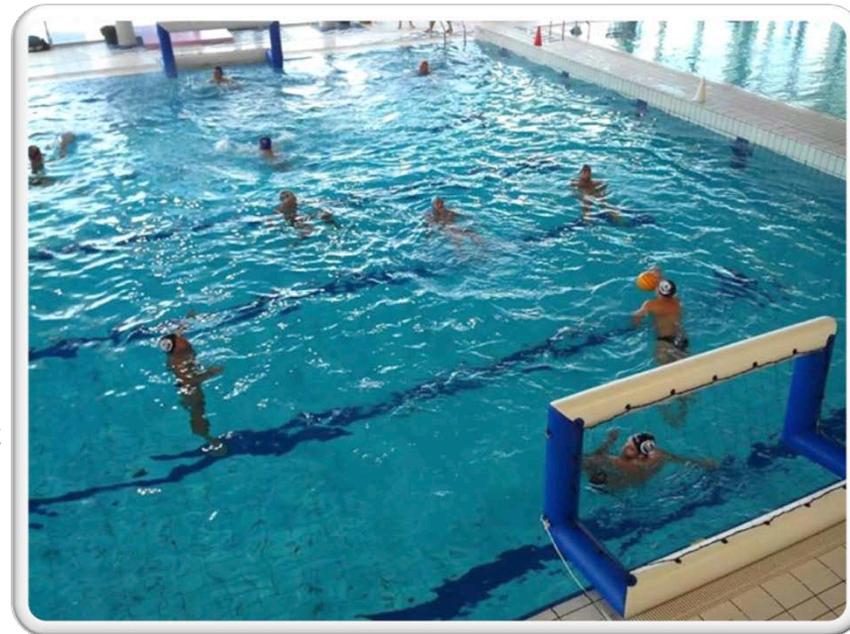
Dimanche 12 octobre avait lieu à Alex Jany, le Polonat Masters, première compétition de l'année qui avait pour but de lancer la saison par un format ludique et original d'alternance entre la natation et le water-polo !!

Après une matinée réservée à la partie natation où l'on a pu voir qu'il y avait encore pas mal de boulot pour retrouver un niveau de performance raisonnable, l'après-midi fut réservée aux matchs de polo !! Deux équipes du TOAC étaient présentes et ont défendu leurs couleurs avec brio !!

Au niveau des performances collectives, l'équipe 1, exclusivement composée des Masters 1 garçons, a pris la seconde place en natation et 4ème en water-polo, pour un résultat final de troisième.

L'équipe 2, elle, mélange de Masters 1 et Masters 2 des deux sexes, finit cinquième malgré une dernière place en polo avec 3 néophytes de la discipline sur 7 !! La partie natation fut plus prolifique avec une 4ème place à leur actif !!

Félicitations donc à ces 13 nageurs et nos deux officiels pour leur participation qui permet de lancer la saison de la plus belle des manières !



## Interclubs Benjamins 1er plot à Balma

Ce dimanche 19 octobre à Balma se déroulait la première compétition de natation course de la saison. Et l'honneur avait été fait aux Benjamins pour inaugurer celle-ci de la meilleure des manières. C'est ainsi que 16 nageurs du TOAC des groupes Benjamins Compétition et Dragons 2 se sont présentés à cette compétition pour défendre les couleurs du club sous le format d'un Interclubs Benjamins par équipe de 4 avec le 100m 4N comme course individuelle et 4 relais au programme. 3 équipes filles et 1 équipe garçons étaient engagées.

Niveau performance nous noterons la quatrième place de l'équipe 1 filles sur le relais 4x50m Papillon et une cinquième sur le 4x50m 4N.

Les performances d'ensemble ont été honorables après seulement un mois d'entraînement ce qui est encourageant pour la suite de la saison .

Il est tout de même à déplorer des disqualifications sur des fautes évitables qui tronquent un peu les classements généraux des différentes équipes.

Par conséquent, l'équipe 1 fille se classe 8ème et échoue de peu à la qualification régionale malgré sa disqualification sur le 4x50m Brasse, l'équipe 2 se classe 13ème et l'équipe 3, 18ème. Côté garçon, l'unique équipe se classe 11ème.

Il faudra se servir de ses petites erreurs de jeunesse de l'instant pour rebondir et donc de nouveau repartir travailler pour que le futur soit meilleur !

[+] sur : [Résultats TOAC et classements](#)

[+] de photos sur :



## Interclubs Benjamins 1er plot à Balma



## PASS'COMPETITION à Balma

Le 19 octobre à Balma, Clémentine, Suheyla, Vesile, Perrine, Oriana, Adrien, Maelys, Léna, Samuel et Damaris ont passé avec succès l'épreuve du Pass'Compétition. Cette épreuve consiste en un 100m 4N à réaliser en condition de compétition.

Bravo à eux.



## Stage multi-activités des vacances de Toussaint

C'est la quasi-totalité des groupes Poussins et Benjamins Compétition qui se sont donnés rendez-vous avec leurs entraîneurs respectifs la première semaine des vacances de la Toussaint pour un stage en commun sur Toulouse .

Au programme des 5 jours, natation le matin puis petit voyage dans les transports en commun pour se restaurer chez notre sponsor FLUNCH JEAN JAURÈS le midi avant de partir en activités sportives ou culturelles l'après-midi. Après un petit goûter, les apprentis nageurs finissaient leur journée par un second entraînement dans l'eau.

Des journées bien remplies en soit.

Côté natation, le travail a été axé sur le développement de l'aérobie et de la technique durant tout le stage pour préparer au mieux les futures échéances.

Dur, dur physiquement pour les non-habitués mais tellement nécessaire pour progresser dans notre discipline.

Du côté des activités, après avoir fait (ou essayé de faire) tomber les quilles au bowling, deux après-midi plus culturelles étaient au programme avec une "toile" et la visite du Muséum du jardin des plantes. La semaine s'est finie sur les chapeaux de roue et de patins avec une après-midi karting et patinoire.

Travail, découverte et bonne humeur étaient les maîtres-mots de ce petit stage.

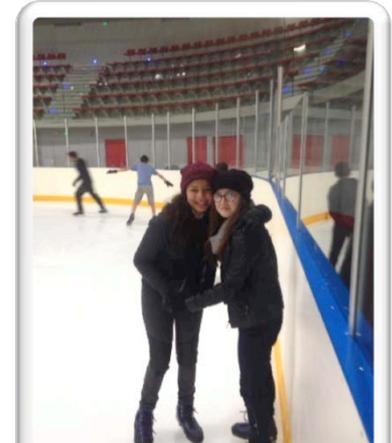
Merci donc aux 14 enfants d'avoir joué le jeu jusqu'au bout malgré l'accumulation de la fatigue .

Le travail paiera forcément.

[+] de photos sur :



## Stage multi-activités des vacances de Toussaint



## **Assemblée Générale du Comité Midi-Pyrénées à Séméac**

Moment fort de la vie démocratique d'une association, l'AG du Comité Régional Midi-Pyrénées de Natation (CRMP) s'est déroulée samedi 25 octobre à Séméac dans les Hautes-Pyrénées.

Sont allés représenter le TOAC, notre président Richard, ainsi que notre responsable des officiels Marc.

Edouard notre secrétaire adjoint y était présent, mais en tant que membre du Comité Directeur du CRMP.

Au programme, rapport moral, sportif, et financier ainsi que l'élection du nouveau membre du Comité Directeur.

En tant que vice-président de la commission des Maîtres, Edouard a fait le bilan de la saison passée, marquée par l'organisation des Championnats de France d'Été à Millau, ainsi que par un bilan flatteur des compétiteurs régionaux et notamment ceux du TOAC (1<sup>er</sup> club Maîtres de la région) dans les diverses compétitions nationales et internationales.

C'est d'ailleurs au titre de ses performances et en particulier son titre de Champion du Monde que Patrick BERGER s'est vu récompensé par le diplôme de reconnaissance régional. En l'absence excusée de Patrick, c'est Richard qui s'est vu remettre la récompense par Edouard. Richard s'est fait le porte-parole de Patrick qui tenait à remercier son coach Sélim, ses camarades d'entraînement ainsi que le club, qui ont mis en place les conditions sportives et humaines propices à cet exploit.

Récompense aussi pour Marc FERRAND, remise par le Comité de la Haute-Garonne pour son implication en tant que bénévole et officiel.

## Assemblée Générale du Comité Midi-Pyrénées à Séméac



Diplôme de reconnaissance pour Patrick Berger pour son titre de champion du monde. (tenu par Edouard) et pour Marc Ferrand pour son implication en tant que bénévole.

A droite, Patrick récupère fièrement son diplôme en bord de bassin!!



## Evènements à venir ...

**8 novembre** : Interclubs Régionaux TC à **Colomiers**

**9 novembre** : Interclubs Départementaux TC à **Colomiers**

**15 novembre** : Pass'sports de l'eau à **Nakache**

**15 novembre** : 1<sup>er</sup> Meeting Départemental Maîtres à **Nakache**

**15-16 novembre** : Trophée 117 du BEC à **Talence (maîtres)**

**20-23 novembre** : Xième Championnat de France en bassin de 25m à **Montpellier**

**22-23 novembre** : Championnats Départementaux d'Hiver (25m) à **Portet ou Nakache**

**29 novembre** : 1<sup>ères</sup> Médailles du TOAC à **Léo Lagrange (n'hésitez pas à venir)**

**30 novembre** : Interclubs Régionaux des Maîtres à **Albi**

**30 novembre** : Pass'sports de l'eau et Pass'compétition à **Muret**

## Bon anniversaire à ... Ils sont nés en octobre

- **A à C** : **Alayrac** Camille, **Alignan** Aramis, **Barbeau** Patrick, **Bardy** Clément, **Benesteve** Charlotte, **Bernabeu** Maxime, **Boulaghaf** Llyas, **Cadot-Burillet** Agathe, **Cadot-Burillet** Florentine, **Carliez** Philippe, **Carmona** Diane, **Cejas-Hakala** Carmen, **Cenac-Cecilia** Clémence, **Chacon** Diégo, **Clastres** Audrey, **Costa** Léo, **Coupe** Juliette, **Couzi** Juliette,
- **D à H** : **Dabernat** Laurent, **Deville** Colombe, **Dubreuil** Vincent, **Ducasse** Luka, **Fedrigo** Hélène, **Fernandez Puig** Marco, **Ferrand** Marc, **Fertani**, Jade, **Figueredo** Cacilia, **Gantie** Maxence, **Goulao** Catarina, **Hayes** Antoine, **Huisman-Miquel** Adrien,
- **L à Z** : **Langlois** Sophie, **Lansiaux** Rémi, **Lardy-Gaillet** Valentin, **Larrieu** Emmanuelle, **Legros** Amaury, **Lopez** Lucas, **Marchant** Hervé, **Marchant** Mona, **Mornet** Ana, **Nee** Aurore, **Pince** Alexandre, **Popovitch** Denise, **Pouzet** Loan, **Ravelojaona** Mathéo, **Regnier** Marion, **Segondi** Camille, **Subercaze** Sydney, **Tougne** Justine.



## BOUTIQUE Promo du mois !!



Serviette club 10 €



Sac à dos Matériels 15 €

## BOUTIQUE Promo du mois !!



Maillot femme 20 €



Maillot homme 15 €

## PROMO Survêtement club



Le TOAC vous propose son survêtement aux couleurs et au logo du club à prix compétitif. Clôture des commandes le **7 Novembre**.

**ADULTES (XXL, XL, L, M) :  
45 €**

**ENFANTS (M, S, XS) : 35 €**

Commande via ce lien :





**TYR** SOYEZ PRET POUR LES COMPETITIONS DE FIN D'ANNEE

ACCÉDEZ A LA PERFORMANCE  
**50% SUR LES COMBINAISONS AP12 ET TRACER B**

Profitez de l'offre promotionnelle de notre partenaire TYR en cliquant [ici](#).

## PACK TOAC : Short + T-Shirt 15 €!



## POUR EN SAVOIR PLUS...

### Infos pratiques

- Consultez notre site sur [www.toacnatation.com](http://www.toacnatation.com)
- **Les permanences du TOAC (où et quand?)**
- Contactez-nous par mail [email@toacnatation.com](mailto:email@toacnatation.com)
- **Gagnez du temps et commandez vos articles natation sur la boutique**
- **Découvrir le rôle d'officiel (chronométreurs, contrôleurs de virages, juges...)**
- **L'Ecole de Natation Française (ENF)**
- **La section Handisport**
- **La section « Maîtres » ( réservée au plus de 25 ans)**
- Retrouvez la page [Facebook du TOAC](#), plus de photos, plus d'info, liker !



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

