



TOAC de neuf au club !!!

Mai 2015



N°22

SOMMAIRE

Le mot du Président	<u>Page 3</u>
3 ^{ème} Natathlon à Portet	<u>page 4</u>
25 ^{ème} Nautiques de Tarbes	<u>Page 6</u>
Tournois Interne étape 2.....	<u>Page 9</u>
Evénements à venir.....	<u>page 11</u>
Ils sont nés en Mai : Bon anniversaire à.....	<u>page 12</u>
Rappel !!	<u>page 13</u>
POUR EN SAVOIR PLUS : mémorisez les contacts en un seul scan.....	<u>page 19</u>
Partenaires	<u>page 20</u>
Convocation AG et plan d'accès.....	<u>page 21</u>



Mot du Président

Chers adhérents,

Mois de Mai qui, pour beaucoup, est synonyme de congés cette année, avec une multitude de ponts qui a vu un grand nombre de nos adhérents délaissier les bassins.

Pour nos compétiteurs bien au contraire, les entrainements se poursuivent afin de préparer au mieux les échéances importantes à venir.

Dans ce numéro, des résultats quand même, pour l'ensemble de nos jeunes compétiteurs.

Il est quand même à noter, notre deuxième compétition interne, importante pour les participants puisqu'un classement par catégorie sera établi sur l'ensemble des deux épreuves, et permettra lors de l'assemblée générale de récompenser l'ensemble des nageurs qui y ont participés.

Les dirigeants remercient l'ensemble des nageurs présents à cette compétition ou plus de 90 jeunes se sont affrontés afin de réaliser leurs meilleures performances.

Remerciement également aux parents qui ont fait honneur au repas d'après compet !! et où nous avons pu apprécier leurs talents culinaires.

Comme nous parlons d'assemblée générale, nous vous rappelons la date importante du 20 juin, voir modalités dans ce numéro.

Souhaitant vous voir nombreux à cette AG afin de débattre de votre club !!

En attendant, bonne lecture.

Richard, Samouilhan

3^{ème} Natathlon à Portet

En ce deuxième week end de mai se déroulait à Portet la troisième étape qualificative du natathlon. Mais pour cette fois pas d'avenirs et de poussins pour accompagner nos valeureux benjamins. Au programme de cette étape les 100m Pap et brasse puis un 200m. Côté performance on notera le très joli 100m Pap de Sawssen en 1'24, le 200 Dos révélation en 2'53 de Florentine qui confirme sa montée en puissance, le joli 100m br de Mona en 1'34 et le 200m NL plein de maîtrise de Lou-Ann en 2'28. Côté garçons Alexandre s'est bien débrouillé sur le 100m Pap en 1'19 et a enfin réussi à passer une épreuve sur le dos.

Les benjamins 1 se sont bien battus aussi avec un joli 400m 4N de Lénaïc en moins de 7 minutes ou encore un bon 100m Pap de Justine 1'32 et 100m Br de Juliette en 1'42. et Sanaa 1'45.

Les dragons 1 se sont bien comportés avec 2 courageux 400m 4N plein de mérite pour Simon et Elodie.

Dernière étape qualificative en fin du mois avec les dernières courses à effectuer et non des moindres (200m Br et 200m Pap pour les plus à l'aise sur cette nage) pour établir le meilleur classement possible pour ouvrir des accès vers les finales régionales ou interrégionales .

[+] sur : [résultats](#)

[+] sur : [résultats TOAC](#)

25ème Nautiques de Tarbes

Il n'y avait pas de pont pour nos compétiteurs sur le week-end de l'Ascension puisqu'ils étaient sur Tarbes pour son meeting national annuel.

C'est une délégation de 16 nageurs qui était descendue dans la capitale des Hautes-Pyrénées pour s'affronter au 480 autres nageurs issus de 53 structures dont 5 étrangères. Ultime compétition de travail pour nos nageurs de niveau régional ou première compétition de répétition pour ceux de niveau Interrégional, ils avaient tous à cœur de donner le meilleur d'eux même afin de commencer à concrétiser en course tout le travail réalisé depuis le début de la saison.

Contrat réussis pour la quasi-totalité des nageurs qui ont établi beaucoup de meilleures performances personnelles alors qu'on est encore en grosse période de travail bien éprouvante. Ce fut spécialement le cas pour VALENTIN Marlène, DEMAN Juliette, LEFIN Florian, BLONDET Lhoreigh et GRACIA Martin qui font carton plein en améliorant tous leurs temps de référence sur toutes leurs distances de prédilection. Damien MARTINS, lui s'est illustré sur deux de ses courses, 50 Pap et 100 NL. A un mois du championnat régional ces résultats apparaissent comme de très bon augure pour leur fin de saison.

Cette compétition fut aussi l'occasion de réussir des retours gagnants pour certains de nos nageurs. Ainsi Marion RIGOLLET-BOULONGEOT, affaiblie cet hiver par une maladie, revient aux affaires avec des performances très proches de ces meilleures marques et s'offrant même un record personnel sur le 100 NL. De même, Abdelmalek BELGHOMARI et ANDONOFF Thomas, qui avait manqué leur Nationale 2 à cause de blessures ont réalisé un retour gagnant lors de cette compétition. Le premier réalise un carton plein en abaissant, parfois fortement, ses meilleurs temps sur le 50, 100 et 200m Dos. Pour Thomas, malgré la fatigue de l'entraînement et un programme de compétition chargé (9 courses au total), il a pulvérisé sa marque sur le 100m Dos de plus de 2 secondes et surtout s'est illustré sur le 50m Papillon en remportant la distance dans un temps prometteur car très proche des Minimas pour les championnats de France Minimes.

25ème Nautiques de Tarbes

Le record de progression revient à AZEMA Théa qui sur le 400m NL a abaissé son record personnel de 18 secondes, et a récidivé sur le 200m NL en l'abaissant de 10 secondes. Des épreuves qui reflètent bien tout le travail réalisé à l'entraînement depuis des semaines.

Au milieu de toutes ses meilleures performances, d'autres apparaissent aussi comme de très bons indicateurs pour la suite de la saison à l'instar du 400m NL d'Agathe CADOT-BURILLET, exemplaire de régularité et de technique, ou encore Roxane MARCHANT qui a nagé toute ses courses dans des centièmes proches de ses records.

Au bilan, au-delà des performances intéressantes de nos nageurs, ils ont réalisés 15 finales qui se sont concrétisés par 4 podiums : Marion REGNIER régulière à la 3ème place sur les 50m et 100m Brasse et ANDONOFF Thomas 2ème sur le 100m Dos et 1er sur le 50m Pap.

Le rendez-vous est fixé pour nos nageurs les 23 et 24 juin, à nouveau à Tarbes, pour les Championnats Régionaux qui sera la dernière compétition pour certains pour tenter de se qualifier au niveau supérieur ou obtenir leur niveau de référence pour la saison prochaine.

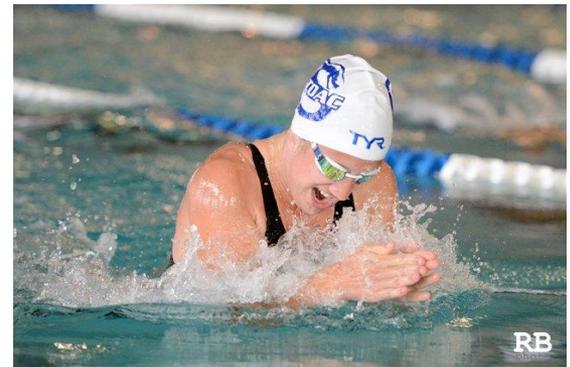
[+] sur : [résultats](#)
[+] sur : [résultats TOAC](#)
[+] sur : [vidéos](#)



35ème Nautiques de Tarbes



35ème Nautiques de Tarbes



Tournois interne 2^{ème} étape

Ce samedi 30 mai se déroulait la seconde étape du tournoi interne, ouverte aux catégories, Grenouilles, Tritons, Dauphins 1 & 2 et les Dragons 1 & 2. En tout près de 103 nageurs et nageuses ont réalisé une à deux épreuves, complémentaires de celles de la première étape, encadrés par nos éducateurs, occasion de voir concrétisé le travail d'une saison, merci à eux. Respectivement il y avait 35 Grenouilles sur 63, 21 Tritons sur 42, 20 Dauphins 1 sur 31, 11 Dauphins 2 sur 18, 8 Dragons 1 sur 26, 7 Dragons 2 sur 26. En tout 102 nageurs sur 206 soit un ratio de 49%, taux admirable au vue des difficultés de remise de convocations pour les groupes du vendredi et samedi, fautes aux ponts et autres cérémonies familiales de saison.

Au-delà des résultats, ce tournoi était l'occasion de découvrir la compétition, désirée pour certains, ce tournoi assouvi leur passion, dans l'attente des compétitions officielles ouvertes aux détenteurs du Pass'Compétition, crainte par d'autres, le but était de lever l'appréhension face à ce qui au final est un défi que l'on se lance à soit même, boucler une épreuve, une distance, améliorer un chrono, bref une école de la vie.

Nos Dauphins 1 ont réalisé un 100m 4N, épreuve du Pass'Compétition, dernière répétition avant l'ultime Pass de la saison le 7 juin à Tournefeuille à l'Oasis.

Après une petite heure nécessaire à l'échauffement, au briefing des officiels, à l'ajout des compétiteurs en retard, bref comme en compétitions officielles, le tournoi s'est déroulé sans accrocs en 1 heure, notre organisation s'étant rodé.

C'est aussi un moment de convivialité au sein du club, avec partage entre parents, éducateurs et dirigeants, en bords de bassins ou lors du BBQ de midi, partage entre nageurs quand les plus grands on fait preuve de solidarité envers leurs cadets en les assistants dès que nécessaire.

Chaque étape donne attributions de points selon le classement de chaque épreuve, 40 pts le premier, 35 le second, 32 le troisième 30 le quatrième, puis 29, 28 etc... pour chaque groupe. Au delà de la performance, sont récompensées, assiduité aux épreuves et polyvalence sur les nages. Ces résultats sont un encouragement à persévérer dans l'apprentissage, tout travail portant ses fruits.

A l'issue des deux étapes un classement au point global par groupe est réalisé, l'ensemble des nageurs sera récompensé lors de l'AG du 20 juin, réservée dès à présent cette date.

[+] sur : [résultats étape 1](#)
[+] sur : [classement final par groupes](#)

[+] sur : [résultats étape 2](#)

Tournois interne



Evènements à venir ...

6 juin: 6^{ème} Meeting National des Maîtres de Toulouse à **Léo Lagrange**

6 juin: 4^{ème} journée qualificative pour les Championnats de France des Régions Handi

7 juin: Finale régionale de la team Cup à **Auch**

13-14 juin: Championnats régionaux 50 mètres à **Tarbes**

20-21 juin: Coupe de France Benjamins des départements à **Poitiers**

20-21 juin: 3^{ème} journée qualificative pour les Championnats d'Eté N2 et N1 Elite Handi à **Hyères**

25-28 juin: 28^{ème} Championnats de France Eté open des Maîtres à **Châlon sur Saône**

27-28 juin: Championnat départemental d'Eté à **Léo Lagrange**

28 juin: Finale régionale du Natathlon à **Cahors**

Bon anniversaire à ...

Ils sont nés en mai



- **A à E** : **AKUNZADA** Sirine, **ANDRIANARIVONY** Tia , **ATUNDEMBO** Damaris, **BELGHOMARI** Abdelmalek, **BERGER** Apolline, **BESSIERES** Justine, **BOTARGUES** Nicolas, **BOUDET** Nicolas, **BOUTOUNET** Daven, **BOYER** Marc, **BREYSSE** Tom, **CATHALA** Nicole, **CHOISIT** Maxime, **COSTES** Nathanael, **DENIS** Pablo, **DIAZ** Marion, **DIRAISON** Lily, **EYCHENNE** Nathan,
- **F à L** : **FABRE** Clelia, **FAMELART** Julien, **FOUGOU** Léonie, **GIRONIS** Noémie, **GONZALEZ** Jérémy, **GUERRY** Ethan, **GUILHEM** Géraud, **GUILLOIN** Sasha, **HABOUCHI** Meyssa, **HAENLIN** Johann, **HOFMAN** Alexandre, **HOULES** Mathieu, **IRUBETAGOYENA** Antonin, **JOURDAN** Isabelle, **LAGROST** Sonia, **LARRIEU** Jean-Louis, **LAURES** Stéphanie, **LE GULUDEC** Antoine,
- **M à Z** : **MAILLARD** Antoine, **MARGUERON** Sandrine, **MONTOYA-DEMOURANT** Valentin, **MOREAU** Sandra, **MOUSSAOUI** Selwin, **PANCHOO** Gil, **PESQUIER-BONZOM** Lilian, **PEVERELLI** Claire, **PICARD** Elisa, **PIRON** Jérôme, **POISSON** Sébastien, **QUILLIOU** Laetitia, **RIGOLLET-BOULONGEOT** Justine, **SAINT-MARTIN** Céline, **SAUNIER** Anaïs, **SHAW** Nicola, **SIMON** Corinne, **SOULARD** Christine, **TREY** Emile.

RAPPEL !!



Nous voudrions vous sensibiliser et vous rappeler les quelques règles pour l'ensemble des adhérents de notre association.

En adhérents au TOAC Natation vous vous engagez à :

- Respecter le règlement intérieur dont vous avez pris connaissance.
- Respecter vos coéquipiers, votre entraîneur, les adversaires, les arbitres, les spectateurs et avoir un comportement loyal dans toutes les situations
- Participer régulièrement aux séances d'entraînement et aux compétitions.
- Prévenir votre entraîneur pour toute absence aux entraînements et aux compétitions.
- Respecter les règles d'hygiène et de sécurité des piscines de la ville de TOULOUSE, prendre la douche avant d'accéder au bassin.
- Avoir un comportement respectueux dans les vestiaires des piscines que nous prête la Mairie de Toulouse.
- Respecter les horaires des cours surtout à la sortie ou le nageur en quittant les vestiaires n'est plus sous la responsabilité du club.

Nous vous rappelons que le chapitre 2 article 2 est assez précis sur le non respect des règles de comportements

RAPPEL Hygiène !!

Les piscines nous sont prêtées gracieusement par la Mairie de Toulouse, nous en sommes un des usagers et cela implique pour nous des devoirs, dont celui de propreté.

Celle-ci nous informe de problèmes récurrents sur Jean Boiteux. En l'occurrence peu d'adhérents prennent leur douche avant d'accéder au bassin, ensuite peu traversent le pédiluve de peur de se mouiller.

Les nageurs doivent respecter des règles d'hygiène simples.

Avant et après les entraînements, la douche est obligatoire. Passer par la douche et par le pédiluve, se démaquiller, inciter les enfants à aller aux toilettes avant de se baigner font partie des quelques règles essentielles. De même l'accès au delà des vestiaires en chaussures est interdit (pas de parents en chaussures dans le couloir casier !)

Outre le fait désagréable d'avoir une piscine sale, d'un point de vue sanitaire, la réaction entre le chlore de l'eau du bassin et l'ammoniac présent dans les matières organiques apportées par les nageurs (ne pas oublier que notre corps renouvelle 10% de sa peau par jour, soit des millions de cellules de peau morte) produit des chloramines, irritantes à court terme pour les nageurs, et pour les éducateurs l'exposition à plus long terme induit des problèmes de santé graves (http://www.ars.iledefrance.sante.fr/fileadmin/ILE-DE-FRANCE/ARS/2_Votre_Sante/5_Environnement/1_Eau/Legionellose/La_lutte_contre_la_chloramine_dans_les_piscines.pdf).

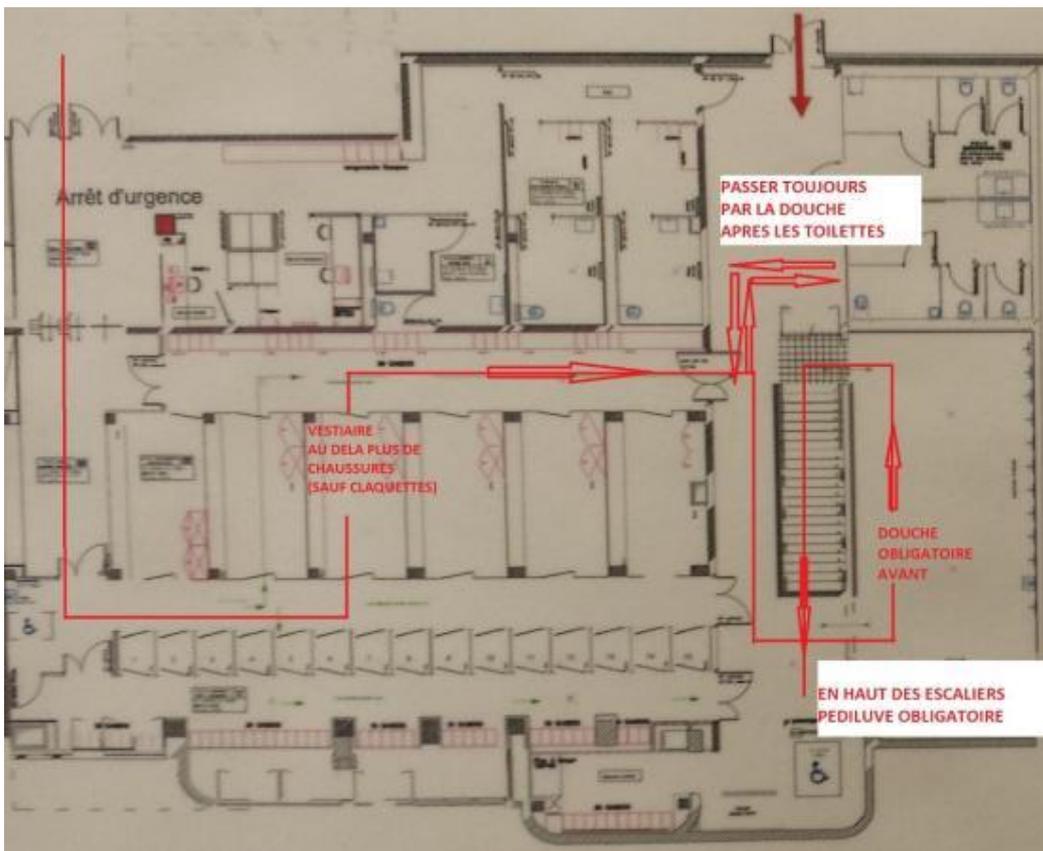
L'odeur des piscines, les yeux qui piquent, la cause en sont les chloramines. La piscine n'est pas une grande baignoire où l'on vient se laver!

Ceci peut avoir aussi des conséquences administratives fâcheuses pour notre club, la piscine peut nous être provisoirement fermée une ou deux semaines, voire la ré-attribution de créneaux compromise.

Nous vous demandons donc de bien respecter les usages ainsi que les règles de vie des piscines de Papus, JOB, Toulouse Lautrec et Léo Lagrange, dans l'intérêt de tous.

RAPPEL Hygiène !!

Le schéma ci dessous rappelle le trajet obligatoire à Job.





RAPPEL !!

DATES IMPORTANTES à noter dans vos agendas !!

- *Début mai commencement des évaluations groupes 2016*
- *Mi-Juin mise en ligne des dossiers d'inscription*
- *le 20 juin 2015 Assemblée Générale & remise des récompenses (challenge TOAC, tournoi interne, etc...)*
- *le 20 juin ouverture des ré-inscriptions de 9h à 12h à Job*
- *20 juin à Job fête de l'école de natation, 9h-10h têtards, 10h-12h les autres groupes.*

BOUTIQUE Promo du mois !!



Serviette club 10 €



Sac à dos Matériels 8 €

BOUTIQUE Promo du mois !!



Maillot femme 15 €



Maillot homme 10 €

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'Ecole de Natation Française (ENF) [ici](#)
- La section Handisport [ici](#)
- La section « Maîtres » (réservée au plus de 25 ans) [ici](#)
- La page facebook du TOAC [ici](#)



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



Nous les remercions pour leur aide





Assemblée Générale

le 20 juin 2015



PROGRAMME DE LA JOURNEE :

Depuis 4 ans déjà, le TOAC NATATION a innové avec, dans une même journée,

- **10h à 12h la fête de l'école sur la piscine Jean Boiteux** qui regroupe les jeunes nageurs des piscines qu'utilisent le TOAC natation. Cette fête permet aux parents de constater les progrès de leur enfant durant la saison avec une petite compétition de l'ensemble des nageurs du Club,
- **12 h 30, Déjeuner** de l'ensemble des adhérents sur le centre culturel du CE Airbus, salle Georges SAND offert par le club. Débat à bâton rompu, des problèmes rencontrés, des solutions proposées, du futur.....
- **14h 30 à 15h30 L'assemblée générale** nécessaire et obligatoire, qui permet de faire un rapport sportif, financier et moral sur les activités du TOAC natation. A cette occasion les membres du conseil d'administration sont démissionnaires et toutes les personnes, qui souhaiteraient rejoindre la liste qui se présente, sont priées de se faire connaître **avant le 5 juin 2015** afin de pouvoir enregistrer leur candidature. Election du nouveau conseil d'administration avec nomination du bureau dirigeant (président, trésorier, secrétaire).
- **15h30 à 16h30 remise des récompenses** à tous les compétiteurs et futur compétiteurs qui font le TOAC NATATION. **Leur présence est indispensable**

RENDEZ VOUS A LA PISCINE DU CENTRE CULTUREL JOB A PARTIR DE 9H45.

Merci de nous confirmer votre participation via le lien doodle suivant :

<http://doodle.com/p6c4te8m363idi9n>



Assemblée Générale

le 20 juin 2015



ORDRE DU JOUR :

Compte rendu de l'Assemblée Générale du 14 juin 2014

- Rapport moral de la saison 2014
- Rapport financier 2014
- Compte rendu sportif 2014
- Compte rendu des officiels 2014
- Questions diverses
- Démission de l'actuel conseil d'administration
- Présentation de la liste des membres candidats
- Election du nouveau conseil d'administration
- Présentation du nouveau président élu par les nouveaux membres du Conseil d'Administration (membres actifs élus)
- Remise des récompenses

Documents pour approbation

[Compte-rendu de l'assemblée générale du 14 juin 2014](#)



Salle George SAND
Site du CE Airbus
316 route de Bayonne 31300
A624 sortie 2

Piscine Jean Boiteux
Site de JOB
105 route de Blagnac
31200









Départ: Toulouse, 105 Route de Blagnac

Ceintures bouclées à l'avant comme à l'arrière

1

Sortir de Toulouse

Continuer sur : D1 / Route de Blagnac

Prendre à droite: Avenue Salvador Dalí

Sortie de Toulouse

0.9 km 00h03

1 km 00h03

2



Prendre à droite: D901 en direction de :

D901

AUCH
COLOMIERS
TOURNEFEUILLE
SAINT-MARTIN-DU-TOUCH

1.7 km 00h05

1.8 km 00h05

2 km 00h05

3.5 km 00h08

Traversée de Blagnac

A Blagnac, Continuer à gauche: D901

Continuer sur : D901

3



Prendre à droite: A624 en direction de :

AUCH
COLOMIERS
TOURNEFEUILLE
SAINT-MARTIN-DU-TOUCH

6 km 00h11

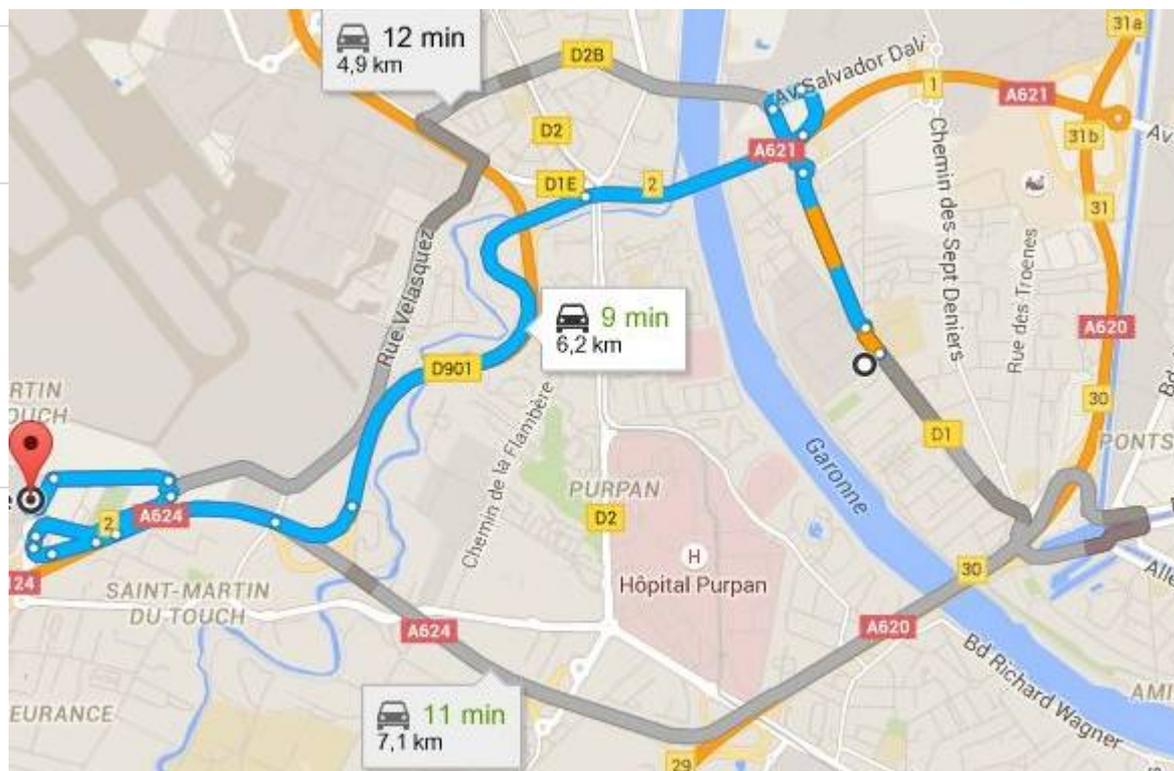
Prendre sortie en direction de :

3
RAMASSIERS
BASCULE-ORATOIRE
PARC AÉRONAUTIQUE
AIRBUS

6.5 km 00h11



Arrivée: Toulouse, 316 Route de Bayonne





APPEL A CANDIDATURE

ELECTION DES MEMBRES DU CONSEIL D'ADMINISTRATION

LES PERSONNES, QUI SOUHAITERAIENT REJOINDRE LA LISTE QUI SE PRESENTE EN 2015/2016,
SONT PRIEES DE SE FAIRE CONNAITRE AVANT **LE 05 JUIN 2014** AFIN DE POUVOIR
ENREGISTRER LEUR CANDIDATURE

NOM : _____

Prénom : _____

ENVOYER VOS CANDIDATURES A L'ADRESSE DU CLUB A : email@toacnatation.org

OU DONNER CE BULLETIN IMPRIMÉ A Vera HEDIER, OU MEMBRE DU BUREAU PRESENT AUX BORDS DES BASSINS.