

sommaire

1ère étape des Médailles du Toac

Début décembre avait lieu à ...

[page 2](#)

Interclubs Avenirs

Ce dimanche 11 décembre avait lieu les interclubs Avenirs ...

[page 3](#)

Interclubs Jeunes

Mi-décembre se tenaient les premiers interclubs de la ...

[page 4](#)

Championnat départ des Maitres

Le dimanche de mi-décembre avait lieu en périphérie ...

[page 4](#)

1ère journée du classement CNCH

Une première journée de compétition qui marque...

[page 5](#)

Championnat de France N2

9 nageurs du club ont débuté leur compétition ...

[page 6](#)

Le Noël de l'école de natation

Le 17 décembre, à JOB, s'est déroulée la traditionnelle...

[page 7](#)

Finale des Interclubs Masters

Fin janvier se déroulait à Cholet la finale nationale ...

[page 8](#)

AG du comité régional

Ce WE se déroulait L'AG du comité régional ...

[page 9](#)



Le mot du président

Chère adhérents,

Voici donc 2017 qui se profile et au nom du TOAC Natation et de toute l'équipe dirigeante, nous vous souhaitons une bonne et heureuse année 2017. Qu'elle vous apporte joie et bonheur.

Une longue absence des bassins pendant ces vacances de Noël, des calories prises, il faut donc reprendre la direction des bassins. Les vacances de février ont été là pour continuer les entraînements.

En tant que dirigeants, nous devons assurer les responsabilités que vous nous avez confiés. En effet, le samedi 7 Janvier, le club était présent lors de l'assemblée générale du comité régional Midi Pyrénées. AG de l'ancienne région qui prépare la fusion avec le Languedoc Roussillon. Il faudra élire un président de cette vaste et grande région.

Lors de cette AG il y eut des récompensés. En effet des membres du club ont reçu les félicitations ainsi qu'un prix et nous les félicitons pour leur dévouement au sein du monde de la natation. Je rappelle que sans

bénévoles le club ne pourrait pas fonctionner, tout comme les compétitions sans officiels (un article, en fin de journal vous explique les modalités pour devenir officiel)

En attendant les bonnes volontés, le TOAC NATATION vous renouvellent tous nos vœux pour 2017.

Votre président.

Richard Samouilhan

1ère étape des Médailles du Toac

le 03 décembre à léo lagrange

Début décembre avait lieu à Léo lagrange, le premier des trois rendez-vous importants pour le club avec la première étape qualificative des médailles du Toac . Nouveauté de la saison, il n'y a plus de 100 m pour les plus grands, tout le monde nageant des 50 m. Ceci a donné un peu de fil à retordre à notre organisation avec une légère accélération du rythme durant 4h non stop notamment pour les ramasseurs de fiches . Merci à Raphael et Nathan d'avoir fait le job malgré la fatigue accumulée par tous ces aller-retour.

Coté bassin, pour le groupe des jeunes 2 entraînés par Anne, la compétition s'est bien passée. C'était la première pour Maléna, et, vu son sourire tout au long de la journée, sûrement pas la dernière !

Tous les nageurs ont nagé le 200 4N, avec de super résultats. Une mention spéciale à Perrine, qui a nagé toute la course sans ses lunettes, mais qui n'a pas voulu s'arrêter et a fini la course avec un record personnel à la clef.

Pour ce trimestre, le travail du groupe se consacrait essentiellement sur la technique et il y a eu une très grande progression pour tous à ce niveau-là. Et niveau chrono aussi. Chaque nageur a nagé ses meilleures perfs personnelles, et à ce petit jeu c'est Adrien qui a effectué la meilleure progression avec 9 secondes en moins sur un 50 brasse en nageant 48 secondes !

Bravo à tout le groupe et place à la prochaine compet.

Pour le groupe des « jeunes 3 » la compétition s'est aussi bien déroulée avec de jolis 200 4n plein de promesses pour commencer. A noter les très grosses progressions d'Alix, de Damarys et de Nicolas sur cette épreuve et des 2 garçons (Tom et Lénaïc) qui nagent pour la première fois sous les 3 minutes en 2'54 et 2'57.

Les 50 de l'après-midi se sont aussi bien passés avec une multitude de records personnels.

A noter les 37' de Damarys au 50 nl, les 48' au 50 br d'Alix, les 43' d'Abi et de Timothé sur le 50 dos, et les 30' en nl et 36' en dos de Tom.

Félicitations à tous les nageurs du club pour leurs performances. Place au travail durant tout le deuxième trimestre avec en point de mire le stage de février à Perpignan pour aborder la deuxième étape au meilleur de leur forme et aller chercher les tickets pour la finale.



résultats

Interclubs Avenirs

Le 11 décembre à Balma

Ce dimanche 11 décembre avait lieu les interclubs Avenirs à Balma.

Pour certains, cette compétition était une des premières depuis l'obtention du pass'compétition.

Leur participation à ces interclubs, qui est une compétition par équipe, a pour but de représenter le club au niveau départemental, ce que nos jeunes nageurs ont su faire grâce à leurs performances.

Les deux équipes présentes, une fille et une

garçon, toute deux composées de quatre nageurs/euses.

Grâce à leurs efforts, les deux équipes se classent 7ème, un résultat encourageant qui montre le travail accompli en ce début de saison.

Encore merci à nos jeunes compétiteurs présents, sans qui la participation à cette compétition n'aurait pas été possible.

Equipe filles :

Tina, Harena, Alessia, Cassandre

Equipe garçons :

Evan, Samuel, Norick, Maxime

et sans oublier Antoine qui
était remplaçant



résultats

classement

résultats remplaçants

Interclubs Jeunes

le 11 décembre à Pamiers

Mi-décembre se tenaient les premiers interclubs de la catégorie « jeunes ». Mélange des anciens interclubs benjamins et de la team-cup, ce nouveau format proposait des courses individuelles sur les quatre 100 m de spécialités et des relais par équipe de 4 nageurs de la catégorie « jeunes » du même sexe. Concernant le TOAC, 5 équipes étaient présentées, 3 garçons et 2 filles. La troisième équipe filles n'ayant pu être comptabilisée dû à un désistement.

La performance à noter de cette compétition est le résultat de l'équipe 1 garçons qui se classe 6ème au final avec notamment une très belle 4ème place sur le 4x200 nl. Equipe composée de Nicolas Rieuvonet, Lénaïc Malherbe , Terris Negro et Tom Quenescourt. Ce dernier ayant fait une très belle journée en explosant ses performances sur 100 dos et 100 nl en nageant 1'14 et 1'05. Ses trois autres acolytes répondant aussi de très belles manières tout au long de la journée.

L'équipe 1 filles se classe elle 15 ème avec des performances en net progrès pour les 4 copines (Abigail Kemp , Alix Turri , Damarys Atundembo et Souhila Sakhi)

Les équipes 2 se classent respectivement 21 ème chez les filles et 16 ème chez les garçons.

L'équipe 3 garçons aussi 21 ème. Tous ont réalisé quasi leurs meilleures performances sur toutes les courses proposées malgré un programme très lourd pour les jeunes nageurs de cette catégorie.

Félicitations à tous, aux officiels et aux trois filles de l'équipe 3 qui sont tout de même venues et ont pu nager en hors classement avec une nageuse ariégeoise.

résultats

classement

résultats remplaçants

Championnat départemental des Maitres

le 11 décembre à Balma

Le dimanche de mi-décembre avait lieu en périphérie toulousaine les 2 ème championnats Maitres de la saison. Malgré un faible taux de participation et un manque d'officiels qui a failli faire annuler la compétition, 14 masters du club se sont présentés à cette compétition.

Placée après les joutes par équipe du début de saison, c'était le moment de la jouer à nouveau un peu plus personnel pour chacun d'entre eux et de jauger de leur état de forme après un premier trimestre de travail. A ce rythme-là, Michel Fages sur 400 nl, Amandine Piau sur le 50 et 200 br, Lucie Ospital sur quasi toutes ses courses, Sandra Moreau sur 200 br ou Nicolas Speranza sur 50 nl se sont très bien débrouillés en allant chercher leurs meilleures perfs personnelles.

Pour les autres, la compétition a plus servi de réglages pour la suite de la saison.

A noter les débuts en compétition individuelle de Magalie Montamat issue des groupes adultes du club qui a franchi le cap pour se présenter à la compétition. Et elle s'en est très bien sortie en nageant 1'36 au 100 m 4n ou 49 ' au 50 br.

Félicitations à tous et aux officiels. Prochain rendez-vous Masters, les championnats Interclubs Nationaux Masters à Cholet fin janvier ou 1 équipe se déplacera puis le troisième championnat départemental Masters mi-février, de nouveau à Balma .

résultats

1ère journée du Classement National des Clubs Handisports

le 17 décembre à Puy l'Evêque

Une première journée de compétition qui marque le début de la saison handisport. Pierrick a effectué un très bon début et se qualifie pour le Championnat de France Elite à Schiltheim. Alexis, Loïc, Gary et Fabien n'ont pas démerité. Certains ont même amélioré leurs temps.



résultats

Championnat de France Nationale 2

du 16 au 18 décembre à Montpellier

9 nageurs du club ont débuté leur compétition à la piscine

Antigone de Montpellier qui fut l'an dernier la piscine des sélections olympiques.

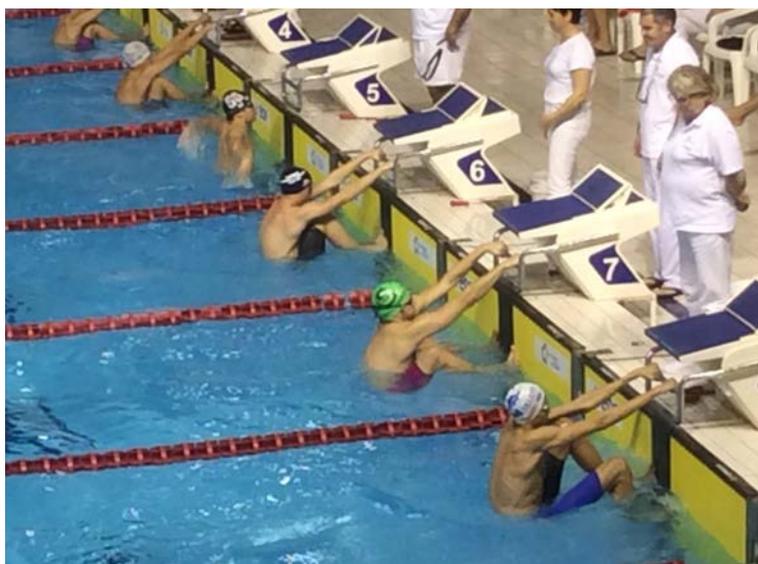
Même si la compétition n'est pas préparée nos nageurs enchainent leur meilleurs temps...

Marlène bat son record personnel sur le 200m brasse.

Abdel et Thomas enchainent leurs meilleurs temps sur toutes les courses pour lesquelles ils se sont qualifiés... et elles sont nombreuses.

Seule Agathe, encore handicapée par sa fracture au doigt, voit ses performances en deçà de ses meilleures marques.

A mi chemin de la compétition, les résultats positifs voire surprenants de nos nageurs marquent un début de saison prometteur.



résultats

Le Noël de l'école de natation

le 17 décembre à JOB

Le 17 décembre, à JOB, s'est déroulée la traditionnelle fête de l'école de natation avant les vacances. Merci aux entraîneurs et bénévoles pour l'organisation.



Finale des Interclubs Masters

le 28_29 janvier à Cholet

Fin janvier se déroulait à Cholet la finale nationale des Interclubs Masters. Malgré un gros coup de chaud pour le coach la veille de la compétition ou deux de nos nageurs ont eu quelques pépins physiques et ont dû déclarer forfait, nous avons tout de même réussi à présenter une équipe à ce rendez-vous annuel en trouvant dix nageurs prêt à avaler 1200 km dans le week-end pour quelques secondes de course.

Au programme de cette finale, 2 relais (le 10x50 nl et le 4x50 4n mixte) et 10 courses individuelles ou chacun devait se présenter sur une des courses.

La compétition commença avec le 10x50 nl où nos protégés se sont très bien comportés pour abaisser de quelques secondes le temps envisagé en amont par le coach.

Au niveau individuel, Camille Coste remporte le plus de points pour l'équipe sur le 100 papillon en nageant 58'28 pour 1146 pts.

7 autres nageurs ont gagné plus de 1000 pts sur leur course attitrée. Les dossistes ont su nager à quelques centièmes de leur meilleur perf : sur le 100 dos pour Christophe Sardet (1'04"43) ou Camille Barrere (35"02) sur le 50, idem pour nos crawlleur avec Olivier Lozes sur 100 m en 57"76 et David Montassier sur 50 en 25"67. Les brasseurs ont été un peu plus en retrait mais pas si loin tout de même avec Neil Kemp sur 100 br 1'13"13 et Marion Régnier sur le 50 Br (35"20). Enfin dans les clans des 1000 pts on retrouve notre papillonneuse d'un jour Elodie Samouilhan qui a troqué une de ses spécialités pour s'aligner sur le 50 pap pour le bien de l'équipe et nager 30'68 Enfin Patrick Carton sur 400 nl en 5"45 et Bastien Flory en 2'22"22 sur 200 4n n'ont pas passé ce cap des 1000 pts mais se sont bien débrouillés quand même sur les deux courses les plus longues du programme.

La compétition s'est fini par le 4x50 4n où nos 4 nageurs se sont débattus pour nager un très joli 1'57"12 et prendre une belle 8ème place de l'épreuve avec à la clef de très belles performances pour chacun d'entre eux dans leur parcours respectif.

Au final c'est une belle 16 ème place au classement finale avec la meilleure place régionale que nous ramène l'équipe. Soit dans les mêmes eaux que la saison dernière (14 ème) malgré les remaniements de dernière minute. Félicitations à eux et un grand merci à David et Camille Barrere qui n'ont pas hésité à changer à la dernière minute leur plan du week-end pour sauver l'équipe et permettre au club de participer et de rester dans le top 20 de cette compétition.

[résultats](#)

[classement](#)



AG du comité régional

le 9 janvier à Toulouse

Ce WE se déroulait L'AG du comité régional.
Lors de cette assemblée des récompenses ont été remises à des bénévoles du Club
pour services rendus et investissements au sein du département et de la région.

Merci donc à ;
Éric ANDONOFF
Raphaël DASILVA
Edouard FERNANDES.
Christophe SARDET
Et bravo !



Devenir Officiel

Leur rôle

Les compétitions nécessitent des organisateurs, des nageurs, des officiels

- >Bénévole représentant extra sportif du club
- >Assure la régularité de la compétition et la saisie des performances
- >Intègre, rigoureux, impartial
- >3 degrés d'officiel

C : chronométreurs

B : juge de virages & d'arrivée

A : juge-arbitre, starter, juge de nage

Qui ?

- >Etre licencié à la F.F.N. (le TOAC se charge de vous licencier)
- >Avoir 14 ans (pour un officiel C, 16 ans pour un officiel A ou B) à la date de l'examen
- >Un parent, un nageur, un ami.....

Comment ?

Contactez Marc FERRAND, responsable des Officiels du club (à défaut des membres du bureau ou les entraîneurs) via email@toacnatation.com

Par où commencer ?

1. Officiel C : après formation théorique (1h30), examen pratique : effectuer au moins 40 essais de chronométrages lors d'une compétition.
2. Officiel B : après formation théorique (1h30) : réussir un petit questionnaire écrit, puis effectuer des essais de Juge à l'arrivée, et de Juge aux virages.
3. Officiel A : après formation théorique (1 journée) : réussir un examen écrit, puis effectuer des essais de Juge arbitre, starter et de Juge de nage et de superviseur.

Avantages ou contraintes

Avantages

- Échanger avec d'autres parents
- Faire de nouvelles connaissances
- Rendre un service essentiel aux jeunes qui pratiquent la natation de compétition
- Obtenir une réduction sur la cotisation de votre enfant ou votre compagn(e)on pour la saison suivante, proportionnelle à votre participation
- Recevoir une tenue complète d'officiel TOAC

Contrainte

Donner un peu de votre temps libre

Bilan Humain

Turnover important : nécessité permanente de recrutement : 7 nouveaux/35 en 2014/2015
Volonté de répartir plus équitablement les réunions
Manque actuel d'officiels en poussins

Bilan Financier

Amendes potentielles 9635 € en 2014-15. Sans officiels il faudrait augmenter la cotisation annuelle de chaque compétiteur de 90 € pour couvrir les amendes.

N'hésitez pas à nous contacter

Rencontrer nos officiels

Accompagnement lors de votre formation

Parrainage

Au sein du club gestion de la présence des officiels en compétition basée sur le volontariat et la sollicitation
Planning annuel établi en début de saison et évolutif

La Boutique

La boutique du club est ouverte à tous les adhérents.

Elle vous permet d'acheter à prix réduit du matériel de natation de qualité. En effet, notre fournisseur officiel TYR est reconnu parmi les meilleures marques de natation. Pour preuve, TYR est le partenaire officiel de la Fédération Française de Natation.

La boutique du club vous reçoit sur son stand à l'occasion des Médailles du TOAC, lors des deux réunions qualificatives et de la finale.

Visitez la [boutique](#) du TOAC Natation.

N'hésitez pas à cliquer sur les photos pour les agrandir.



Les nouvelles serviettes aux couleurs du Club sont arrivées au tarif de 18€.



Bon anniversaire à ...
Ils sont nés en décembre

A à D : ALIAS Lise, AMAR Nathalie, AUGIER Antoine, AUGUSTIN Charlie, AZEMA Evan, BALON Pierre-louis, BARRERE Camille, BASSEDES Jules, BERNAL Françoise, BOEUF Tristan, BONNET Ewen, BOUISSOU Justine, BOULAGHAF Jaouad, BOULAGHAF Najet, COULAUD Gabriel, DEGUILHEM Solan, DESTARAC Claire, DEVILLER Bertrand, DHERVILLEZ ESTRAN Ysolde, DI MARCO Lisa, DOS SANTOS Mathis,
E à L : ETIENNE Camille, FERNANDEZ RAMOS Yvan, FIORONI Cécile, FOIN Camille, FOURCADE Olivier, FRAYSSIGNES Hugo, GABORIEAU Denis, GUEYDAN Jeanne, HADJ-YOUCHEF Yamina, HARAGA Adam, JOLY Maxime, JULLIEN Amandine, KEMP Abigail, LAMOTHE Olivier, LAVINA Noelle, LEOVIRIYAKIT Wilbur, LI CHAO Brandon, LORENZ ANTOINE Natalie, LOUCHE Arthur,
M à Z : MEDJEDOUB Wiem, MESSINES-BUIL Floris, MODESTO Ilan, MONTAMAT Magali, MOUNEYDIER Gabriel, MULLER Andreas, NEE Gregory, NEGRO Eric, PERDOUX JACOB Federique, PERDOUX Pierre, QUINIO Paloma, RENAUDY-, NEMOTO Nanami, RIGOLA Raphaële, SAMARAN Ana, SAUNIER Céline, SCHNELLER Camille, SELLES Sarah, THIERRY-BARBEAU Christel, VAN DER HEYDEN Jennyfer, VANDENDRIS Morgane, ZITTEL Christine

Bon anniversaire à ...
Ils sont nés en janvier

A à D : ABADIE Lubin, ABIDA Assia, ABIDA Mohamed-yassine, AKUNZADA Rayan, ALAUX Romain, ANDONOFF Eric, AVERLAND Marine, BALLION-MAILHES Léo, BALON Edgar, BARR Elodie, BOEUF Alexandra, BOUSQUIE Florie, BROS Lauralie, BURON Hugo, CARREE Isabelle, CASANOVAS Celia, CAZOR Constantin, CHAUMAS--BULARD Charlotte, CORDIER Patrick, CRÉPIN-LEBLOND Camille, CROUZET Sébastien, DHERVILLEZ Chiara, DIRAT DELGADO Yvan, DUPONT Margaux,
E à L : EGGENBERGER Juliette, ETIENNE Marie, FANLOU Loïc, FAURE Aurore, FAURE Margaux, FEARNEHOUGH Gabriel, GEORGES Tamara, GHANDOUR Keira, GILLIS Baptiste, GRUBO-SIRANGON Alexis, GUILLAUMÈS Juliette, HEBRARD CAPDEVILLE Maléna, HEDIER Véra, HIGGINS Thomas, HIM Katrina, LALANNE DUBOURG Marc, LALANNE DUBOURG Paul, LATUILLE Anne-marie, LAURET Elisabeth, LEBAS Timothée, ,
M à Z : MALHERBE Lénaïc, MARCHANT Roxanne, MARSAL Mario, MARTINS Damien, MEIRINHOS Swann, MULLER Arthur, NÈGRE TOZZI Maya, NGUYEN VAN PHI Aline, PETIT Elliott, PETIT Maxime, PIMPRENELLE Stephane, POTIN Anouck, QUINSAT Jean, RASIAH Aparna, RIGAL Pierre, SALAS BENESTEBE Quentin, SEBAGH Jules, SLAMNIA Sana, SOLER Sara, SPORS Ayla sophie, TAULET Pierre, THOMANN Sveva, TRAVERS Carmen, TUERY Alix, VORVOREANU Sarah

Evénements à venir...

19 février : ENF2 - ENF3 à Balma
19 février : Championnat départemental des Maitres à Balma
18-19 février : Meeting Régional Midi Pyrénées à Tarbes
26 février : 1er Natathlon Avenirs et Jeunes à Colomiers

Toac Natation

54 rue des 7 troubadours
31000 Toulouse

Téléphone : 09 82 37 03 21
Port : 07 61 90 06 09
email : email@toacnatation.com
web : www.toacnatation.com

Heures d'ouverture (jusqu'au 1er mars) :

mercredi : 12h-14h

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

Nous remercions nos partenaires pour leur aide

