

INFO'SYNCHRO INTERREGION OUEST

Mai 2011 – N°9

EDITO

Avec cet « Info'Synchro N°9 », nous entrons dans la dernière partie de notre saison sportive. Cette période représente, souvent, pour nos nageuses, l'aboutissement du travail de toute une saison. C'est une période riche en événements. Dans notre Interrégion Ouest, les N3 d'été, les ballets de socle, la coupe promotion Interrégionale, viendront clôturer la saison pour beaucoup d'entre elles. Les Championnats de France d'été Juniors, et Toutes catégorie niveau « National » qui viennent de s'achever à Tours, marquent le début de toutes les compétitions Nationales d'été. Après Tours, notre Interrégion s'est positionnée, à nouveau, sur la même catégorie, au niveau « Elite » avec les championnats qui auront lieu à Nantes du 19 au 22 mai prochain. Je vous encourage, tous, à profiter de cette opportunité et à venir supporter nos Clubs de l'Interrégion. Notre saison sportive Interrégionale ne s'achèvera vraiment qu'à la fin de la première quinzaine de juillet. En effet 2 stages, qui auront lieu au CREPS de Poitiers, en assureront la clôture pour nos plus jeunes nageuses, mais aussi, pour les plus talentueuses d'entre elles. Je souhaite à toutes et à tous une bonne fin de saison 2011-2012

Jean-Yves LE TOUZO
Président de la Commission Interrégionale.

ACTUALITE : Tournoi Open de préparation FINA/Perf et TIRQ

Les 9 et 10 avril 2011, s'est déroulé le Tournoi Interrégional de Préparation FINA Elite/National et le Tournoi Interrégional de Qualification (duos). 9 clubs des régions de Normandie, Centre et pays de Loire étaient représentés. Ce tournoi de préparation regroupait des nageuses de niveau National et Elites préparant les Championnat d'été FINA : Nantes, Tours, Angers, Caen, Ancenis étaient engagées (5 clubs). Les nageuses engagées dans le TIRQ : Nantes, Tours, Cholet, Ancenis, Léo, Saran, Caen (7 clubs). Il était également ouvert (« OPEN ») aux ballets du niveau Performance : Ancenis, Léo, Châteaubriant, Caen, Saran, Angers et Tours (7 clubs).

Résultats :

Toutes Catégories : 8 équipes d'engagées.

FINA : Combiné Ttes Catégories : 1^{ère} ANGERS ; 2^{ème} NANTES ; 3^{ème} TOURS

Perf : Combiné Ttes Catégories : 1^{ère} ANCENIS ; 2^{ème} SARAN ; 3^{ème} CAEN

Seniors : 2 soli libre FINA et 2 Perf, et 1 solo technique FINA ; 2 duos techniques FINA et 3 TIRQ ; 4 duos libres TIRQ

FINA Solo Libre : 1^{ère} E. THALINEAU NAT, 2^è C.BRIHAULT MASA /

Perf Solo Libre : 1^{ère} V. PEREIRA SARAN, 2^è E.BIDAMANT ASLCV /

FINA Solo Technique : 1^{ère} E. THALINEAU NAT

FINA Duo Technique : 1^{ère} C.BESSARD, S. LAMOTTE

TIRQ : Duo Technique qualifié au éliminatoire des championnats Elite été : 1^{ère} C.BRIHAULT, J.CERCLE MASA ; 2^{ème} B.BOMBAGLIA, L.ROBERT NAT

TIRQ : Duo Libre qualifié au éliminatoire des championnats Elite été : 1^{ère} V.AMORETTI, AL.COTEREL NN ; 2^{ème} C.BRIHAULT, P.QUINTARD MASA

Juniors : 18 nageuses engagées en FI, 6 soli, 3 duos FINA, 4 duos TIRQ et 3 duos Perf et 2 équipes

FINA FI : 1^{ère} L.SOLON ANS, 2^è A.GALLES ANS, 3^è C. ROBERT ANS

FINA Solo : 1^{ère} L.SOLON ANS, 2^è A.GALLES ANS, 3^è C. ROBERT ANS

FINA Duo : 1^{ère} L.SOLON, A.GALLES, M.AFIF ANS, 2^è C. ROBERT, H. BREGEON et A. CALMES ANS, 3^è O.BOUCHER et P.TORIT NN/

Perf Duo : 1^{ère} M.CARLIER C.RIBOUX ANS, 2^è M.COURTOIS, L.PRINTANNIER NAT, 3^è K.DECAN, A.LECLERC ASLCV

TIRQ : Duo Libre qualifié au barrage des championnats Nationaux été : 1^{ère} O.MAIZA, M.VEROLLES ASLCV

FINA Equipe : 1^{ère} ANGERS, 2^è NANTES NATATION

Espoirs : 29 nageuses, 3 équipes, 8 duos et 1 solo

FINA Fig. Imp. : 1^{ère} P.RANCEZ ANS, 2^è E.MACE ANS, 3^è A.SEGURA NN /

FINA Solo : 1^{ère} A. SEGURA NN/

FINA Duo : 1^{ère} P.RANCEZ et LA.MALLET ANS 2^{ème} E.MACE et M.BERNARD ANS, 3^{ème} M. HARAT, et A. SEGURA NN/

FINA Equipe : 1^{ère} ANGERS, 2^è NANTES, 3^{ème} ANGERS

ACTUALITE : Chpt National Juniors/Seniors/Ttes Cat. FINA

Le championnat de France National Juniors/Seniors/Ttes Cat s'est déroulé du 5 au 8 mai à Tours. Des nageuses de des clubs de Nantes, Tours, Angers, Caen, Cholet étaient engagées (5 clubs). 2 médailles ont été remportées par les solistes angevines. Les clubs d'Aix en Provence, Pontault Combault et le Stade, ont dominé cette compétition, d'un niveau encore plus relevé cette saison.

Résultats :

Toutes Catégories :

Représentant l'Interrégion OUEST, le club de Tours concourait.

FINA : Combiné Ttes Catégories : 1^{er} PONTAULT; 2^{es} TOULOUSE; 3^{es} COLOMIERS ; 6^{es} TOURS

Juniors :

En solo, 4 représentantes ; en duo, et en équipe 1 seul représentant, de l'Interrégion OUEST.

FINA Solo : 1^{ère} A.GAILHAC SF, 2^{es} M.AFIF ANS, 3^{es} A.CALMES ANS ; 11^{es} O.BOUCHER NN ; 13^{es} O.MAIZA CAEN

FINA Duo : 1^{ère} STADE ; 2^{es} SETE, 3^{es} STADE ; 9^{es} O.BOUCHER et P.TORIT NN/

FINA Equipe : 1^{ère} AIX, 2^{es} STADE, 3^{es} CHENOVE ; 10^{es} CHOLET

ACTUALITE : INTERSOCLE

1 médaille pour Nantes Nat et Angers, 2 pour Cholet, Tours, et Saran, 3 pour St Germain et Léo, et 4 pour Ancenis ! 🏅

INTER SOCLE Ancenis, le 26 et 27 mars 11

Cette compétition interrégionale du socle regroupait une sélection de nageuses de Cycle 2 nées de 1998 et après, sur les épreuves de danse, propulsion et technique.

Une petite quarantaine de nageuses y étaient sélectionnées, provenant des 4 régions de notre interrégion.

Des nageuses des régions Bretagne, Pays de Loire et région Centre y étaient représentées.

Résultats :

Epreuve de danse /

Développement : 1^{er} J.BULTEAU MASA, 2^{es} M. DOUCET USMS, 3^{es} A.PLISSON CNMC

Formation : 1^{er} P.LIOPE CLLN, 2^{es} A.PICHON CAC, 3^{es} F.RENIER NN

Epreuve de propulsion /

Développement : 1^{er} A.PLISSON CNMC 2^{es} E.MONTOT NAT, 3^{es} A.AUBRY USMS

Formation : 1^{er} P.LIOPE CLLN, 2^{es} A.ROBIN MASA; 3^{es} A.PICHON CAC

Epreuve de technique /

Développement : 1^{er} J.BULTEAU MASA, 2^{es} A.PLISSON CNMC, 3^{es} E.MONTOT NAT

Formation: 1^{er} P.LIOPE CLLN, 2^{es} A.ROBIN MASA; 3^{es} M.REUZE ANS

POLE ESPOIR d'ANGERS + EQUIPES DE FRANCE

Sélections Equipes de France

Actuellement, nous recevons les nouvelles candidatures, d'entrée en pôle !

Les nageuses candidates devront avoir, au minimum, validé le socle de Formation en fin de saison (niveau formation) ou participé, cette saison à un championnat National/Elite.

Les dossiers de candidatures devront être reçus très rapidement.

Pour tous renseignements, vous pouvez contacter Annabelle PIEDNOIR à cts.synchro.ouest@hotmail.fr.

Dernière ligne droite pour les sélections en équipe de France !

Espoir : Les nageuses angevines, se préparent pour tenter de décrocher des médailles d'or au championnat Elite Espoir 2011 qui aura lieu au Boulou début juin, afin d'intégrer l'équipe de France Espoir, selon les nouvelles modalités de cette catégorie d'âge.

Junior : Laurie Solon, Alys Galles et Anaëlle Calmes du pôle d'Angers sont toujours en course pour une sélection en équipe de France Junior. Elles participeront à la dernière étape de sélection, lors des Elites Juniors fin mai à Nantes, mais également aux stages de préparation des championnats d'Europe courant juin. Les « Europes Juniors » auront lieu à Belgrade (SERBIE) le 1^{er} we de juin.

Senior : après une brillante participation des angevines lors des Opens de France, Violaine Robert et Margaux Chrétien poursuivent leur préparation à l'INSEP pour la Coupe d'Europe et les Championnats du Monde qui auront respectivement lieu fin mai à **SHEFFIELD (GBR)** et fin juillet à **Shanghai (CHN)**.

Socle et Stage d'été

Socle :

Le socle de formation est à la fois un système de compétition à part entière, et, à la fois un système de formation générale, pour entrer dans les programmes de compétitions spécifiques.

Il peut donc être utilisé, par les clubs, de façons différentes, en fonction des objectifs de pratique de ceux-ci.

Un club qui pratique majoritairement en « socle », cherchera à constituer des collectifs homogènes dans les différents cycles, afin d'harmoniser ses groupes d'entraînement. L'épreuve n°5, constitue alors, pour ces clubs, l'évènement principal de la saison, avec en cycle 2, la possibilité de concourir au niveau interrégional. Les épreuves 1 à 4, permettent en parallèle, de proposer aux nageuses, des moments d'évaluations intermédiaires individuelles, sur des compétences travaillées tout au long de l'année. Je pense qu'il est aussi intéressant, que ces clubs cherchent à mettre en place des programmes d'entraînement, qui permettront aux différentes générations de nageuses, de valider le niveau de plus en plus jeune. Cela leur ouvrira des possibilités pour monter éventuellement un groupe en FINA espoir, d'ici quelques années.

Un club qui pratique majoritairement en « promotion », cherchera à former, principalement ses nageuses sur du cycle 1, et parfois, quelques unes, sur du Cycle 2 développement, jusqu'à l'âge des 13 ans pour ensuite engager ses nageuses en Promotion. Et même, s'il le souhaite, pour valoriser la progression individuelle de ses nageuses, il peut les faire participer aux épreuves individuelles du socle, dans la saison, puis les engager en promotion pour le ballet.

Un club qui pratique majoritairement en « perf », cherchera à mettre en place des stratégies d'entraînement, afin que toutes ses nageuses valident le niveau Développement du cycle 2, avant 15 ans, pour avoir toujours une population suffisante pour alimenter ses équipes, et donc assurer une relève dans les différentes catégories d'âge de ce dispositif de compétition.

Un club qui pratique majoritairement en « FINA », cherchera à mettre en place des stratégies d'entraînement, afin que toutes ses nageuses valident le niveau Formation du Cycle 2 (sans forcément passer par la validation du niveau développement du C2), pour alimenter ses équipes FINA. Il peut aussi sinon, constituer une réserve en parallèle, passant par un an de pratique en performance pour les plus de 15 ans, après l'obtention du niveau développement du C2, pour alimenter ses équipes juniors, seniors ou toutes catégories.

Stage d'été 2010/2011.

2 stages d'été auront lieu du 11 au 16 juillet 2011 à Poitiers (CREPS de Poitiers).

Les stages sont ouverts à l'observation pour les entraîneurs souhaitant se former sur des moments pratiques d'entraînement.

Stage de détection

16 nageuses, nées en 98 et après, de l'Interrégion sont sélectionnées pour un stage de perfectionnement de détection. L'objectif de ce type de regroupement est de perfectionner les bases techniques et physiques de nageuses potentiellement qualifiable pour un niveau FINA espoir. Mais il doit permettre aussi aux nageuses de mieux définir leur projet sportif.

Stage de Perfectionnement FINA

Dans la continuité de ces stages de détection, l'Interrégion a également renouvelé la possibilité d'un regroupement des nageuses nées entre 97 et 99, évoluant au niveau FINA. Ce stage a pour objectifs : de perfectionner les bases techniques et physiques correspondantes aux exigences du niveau FINA espoir et de permettre aux nageuses de confirmer leur projet sportif.

COMPETITIONS à venir

➔ N3 TOUTES CATEGORIES, Les 28 et 29 mai 2011 à CHOLET.

Ce championnat d'été Interrégional Performance, regroupera une centaine de nageuses de catégories Junior et Senior, pour des épreuves de figures imposées juniors, solo, duo, équipe et Ballet Combiné.

Elle permettra également la qualification des 3 premières nageuses de chaque épreuve (équipe et combiné) au Tournoi National de Qualification début Juillet.

➔ Compétition Interrégionale PROMOTION et Ballet de SOCLE C2, Le 5 juin 2011 à CAEN.

Cette compétition Interrégionale, regroupera une centaine de nageuses de tout âge pour des Ballets d'équipe et des Ballets Combiné.

Calendrier FINA et TNQ ... SAISON 2010/2011 !

Le championnat Elite Juniors/Seniors, du 19 au 22 mai 2011 à NANTES.

Le championnat Elite Espoir, du 2 au 5 juin 2011 au BOULOU.

Le championnat National Espoir, du 17 au 19 juin 2011 à BOURG EN BRESSE.

Le TNQ, du 7 au 10 juillet 2011 à (définir).

Suivre un stage de perfectionnement du socle Cycle 2 ou FINA:

Apprendre et se perfectionner dans l'encadrement de nos groupes en participant à un stage interrégional est une bonne solution de formation continue pour les entraîneurs.

Sachez que l'interrégion organise des stages qui sont ouverts à l'observation à plusieurs moments de la saison, et notamment pour cet été : du 11 au 16 juillet 2011, auront lieu les stages interrégionaux d'été de détection et de perfectionnement FINA au CREPS de Poitiers.

Venir observer des entraînements dans un club performant de notre interrégion :

Vous souhaitez venir observer les conditions et les entraînements d'un autre club de votre région, n'hésitez pas à les contacter pour organiser votre venue.

COLLOQUE INTERREGIONAL :

La saison prochaine, la commission interrégionale, projette d'organiser 2 événements de formation de type Colloque.

- 1^{er} événement : colloque interrégional, le we du 8 et 9 octobre 2011, sur la réglementation en vigueur pour la saison 2011/2012. Mais aussi et surtout **pour les dirigeants** : des thématiques de formation sur la vie de club. Ce colloque devrait se dérouler à Ancenis.
- 2^{ème} événement : colloque, le we des 7 et 8 janvier 2012, **pour les entraîneurs**, sur des thématiques propres à leur niveau de pratique. Ce colloque devrait se dérouler à Tours.

Bloquez ces dates sur vos agendas dès maintenant !

FORMATIONS FEDERALES REGIONALES.

Le conseil ! Profitez de cet été, pour faire le point sur vos besoins en formation, et contacter vos ERFAN ou CTR coordo, pour mettre en place un cursus de formation pour la saison prochaine.

BRETAGNE : CTR coordo Thierry BOULONNOIS à boulonnois.thierry@neuf.fr

CENTRE : Erfan à erfan.centre@wanadoo.fr et Cécile DUCHATEAU à duchateau.cecile@hotmail.fr

NORMANDIE : Erfan et CTR coordo Frédérique CROCHARD à frederique.crochard@drjscs.gouv.fr

PAYS DE LOIRE : Erfan à cte-natation-ffn-pdl@wanadoo.fr et CTR coordo Maurice BEUNET à maurice.beunet@wanadoo.fr

RAPPEL : Les formations régionales :

Vous souhaitez savoir si votre région propose des formations régionales de natation synchronisée pour améliorer vos compétences d'encadrement, ou pour vous initier à des fonctions d'encadrement ? Oui, elles vous proposent un grand panel de formations, contacter vos ERFAN pour plus de renseignements.

REGION CENTRE :

Renseignements et inscriptions : ERFAN Centre - Maison des Sports de Touraine - Rue de l'Aviation - 37210 Parçay-Meslay - 02.47.40.25.46 - erfan.centre@wanadoo.fr

REGION NORMANDIE

Renseignements et inscriptions : E.R.F.A.N. Normandie - 5, Place des Acacias - 14880 COLLEVILLE-MONTGOMERY - Tel : 06.82.84.23.21 Fax : 02.31.37.48.63 - Site internet : <http://normandie.ffnatation.fr> - Email : frederique.crochard@drjscs.gouv.fr

REGION PAYS DE LOIRE

Renseignements et inscriptions : ERFAN Pays de Loire - 13 rue Gustave Eiffel - 44300 NANTES - Tel : 02 51 13 48 80 - Fax : 02 51 13 48 77 - Mail : cte-natation-ffn-pdl@wanadoo.fr -

REGION BRETAGNE

Renseignements et inscriptions : ERFAN - Comité de Bretagne de natation - 238 Bis rue de Nantes - B.P. 20716 35007 RENNES CEDEX - com.bretagne.natation@wanadoo.fr



IMPORTANT

Contrôle Anti dopage :

De nouvelles dispositions de lutte antidopage sont entrées en vigueur le Vendredi 21 Janvier 2011 et mises en place par l'Agence Française de Lutte contre le Dopage (AFLD). Elles définissent dès à présent, que les contrôles inopinés à l'entraînement et/ou en compétition peuvent être de type urinaire ou sanguin.

C'est particulièrement cette dernière disposition **qui doit retenir votre attention**. Dans ce cadre, si des contrôles de cet ordre sont effectués, il est impératif, pour les nageuses et nageurs mineurs, de disposer d'une autorisation parentale de prélèvement sanguin.

Par conséquent, **le club doit se garantir** que chaque nageuse et nageur mineur soit en permanence en possession de cette autorisation parentale de prélèvement sanguin dûment signée (formulaire disponible auprès de votre Comité Régional)

Chaque athlète mineur devra alors, avoir sur lui, lors de tout déplacement en stage ou en compétition, une copie de cette autorisation ainsi que sa Carte d'Identité Nationale et sa Licence Fédérale.

L'absence d'autorisation est constitutive d'un refus de se soumettre aux mesures de contrôle !

Produits dopants.

Lorsqu'un sportif licencié à la FFN a recourt à un traitement médical avec des produits inscrits sur la liste des produits dopants, et qu'il souhaite participer à une compétition, il doit répondre à des procédures d'autorisation d'utilisation à des fins thérapeutiques (AUT), ou déclaration d'usage. Si ce sportif est inscrit dans un pôle ou sur liste de Haut Niveau, il peut aussi être contrôlé lors de ses entraînements.

Vous retrouverez le **guide de l'utilisateur** sur le lien <http://www.aflid.fr/interieur.php?page=19>

Vous avez un doute :

► **Un numéro vert** : 0 800 15 2000

Une équipe de professionnels vous répond directement de manière anonyme et gratuite (depuis un poste fixe)

► **Un site internet** : www.dopage.com : Un moteur de recherche pour savoir si le médicament est inscrit sur la liste.

JO de LONDRES. Les réservations sont ouvertes sur internet !

Voici ci après, le programme des Jeux de Londres.

Les épreuves se dérouleront du 5 aout au 10 aout 2012 à l' « Aquatics Centre »

5 aout 2012 : Duo technique 15h

6 aout 2012 : Eliminatoire Duo libre 15h

7 aout 2012 : Finale duo 15h

9 aout 2012 : Equipe technique 15h

10 aout 2012 : Finale Equipe libre 15h

A savoir que les épreuves de natation course et de nage eau libre, auront lieu du 28 juillet au 10 aout 2012.

Le plongeon aura lieu du 29 juillet 2012 au 11 aout 2012.

Le water polo aura lieu du 29 juillet 2012 au 12 aout 2012.

ZOOM sur...

MAROT Annick, 53 ans.

Responsable de la Commission de natation synchronisée de Bretagne.

Comme beaucoup, Annick a commencé à s'intéresser à la natation synchronisée, lorsque sa fille s'est inscrite dans un club.

Le club a fait rapidement savoir, qu'il manquait de juge et lui a proposé de lui faire passer ses niveaux d'officiel, ce qu'elle a finit par accepter. Elle est aujourd'hui officiel B et se prépare à l'examen de l'officiel A depuis quelques semaines.

Quelques années après, c'est le Comité Régional, qui a lancé un appel à candidature pour faire partie de la commission régionale et prendre éventuellement la responsabilité de celle-ci. Annick, d'un tempérament plutôt « aventurière » a donc tenté l'expérience. Cela fait maintenant 7 ans qu'elle est Présidente de la Commission Synchro Régionale, malgré que sa fille ait arrêté sa pratique depuis 6 ans. Et elle se passionne toujours autant pour le développement de cette discipline et pour relever les défis qui s'y rapportent.

Mère de 3 enfants et Ingénieure en Informatique de formation, la synchro, n'est évidemment pas sa seule passion. Et elle arrive tout de même à partager son temps, entre sa famille, ses fonctions et ses passions.

Dans son temps libre, elle part volontiers en voyage, à la fois pour faire de la plongée sous marine, mais aussi pour rencontrer les populations, et les aider dans leur quotidien (don de matériel, de médicaments, etc...). C'est ainsi qu'elle a déjà parcouru entres autres : le Vietnam, le Sri Lanka, l'Inde après le tsunami de 2004, et Madagascar.

Sinon de façon hebdomadaire, elle pratique : la danse, la dentelle aux fuseaux (Annick est même responsable et animatrice d'un club).