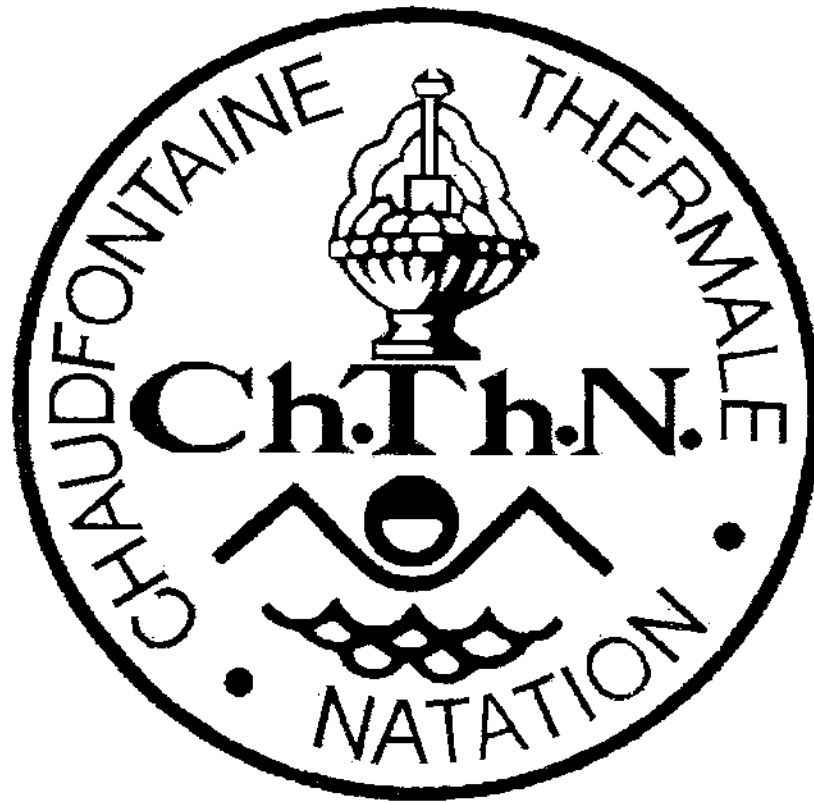


Louis



Le journal du Ch.Th.N.

Juin 2000



E d i t i o n
S a b i n e
S c h r a e p e n

SPEEDO®

Chères calidifontaines, chers calidifontains,

Ayant assisté à la dernière attribution des brevets de nos petits et grands enfants, J'ai été très impressionné par le nombre et la qualité de leurs prestations. De tous petits bambins faisaient des choses remarquables qui ont été très appréciées de tous les membres du comité et des entraîneurs présents.

Le nombre de candidats était aussi très important. C'est pour nous la preuve de la qualité de l'enseignement donné par nos initiateurs et entraîneurs, mais aussi de la motivation des parents et des enfants que nous remercions de leur confiance.

La fréquentation des initiations et des cours est bonne, sans être tout à fait au niveau que nous souhaiterions. En effet, chaque enfant a un plan d'activités sportives, qui pour être efficace, doit être respecté de manière optimale. Je voudrais donc insister pour que la fréquentation de nos membres soit encore plus élevée et que nos espaces de piscine soient utilisés au maximum.

Du côté des groupes de pré-compétition et de compétition, on voit maintenant qu'il y a du potentiel, mais celui-ci doit se concrétiser dans les résultats qui pourront être progressivement acquis, dans les compétitions pour non-licenciés à la ligue francophone de natation ou pour licenciés.

Actuellement, les résultats sont bons pour les enfants, mais la fréquentation des groupes de compétition diminue d'année en année, à tel point que nous nous posons vraiment la question de la nécessité d'organiser un stage d'été, alors que tous nous savons que sans ce stage, il n'est pas possible d'atteindre un niveau technique et de performance du plus haut niveau.

Pour autant que tout cela se réalise, nous pourrions envisager la saison prochaine avec confiance et c'est avec beaucoup de plaisir que nous vous attendrons en septembre, à la rentrée.

D'ici là, suivez nos activités d'été, puisque comme vous le savez, nous disposons d'heures de piscine pendant lesquelles les enfants, bien que surveillés, sont plus libres que pendant l'année.

Pour les plus grands et les nageurs de compétitions, travaillez bien, préparez les compétitions de l'été, faites de bons résultats, je serai avec vous pour vous soutenir.

Bonnes vacances à tous ;

Le président.

Ph.Lermusieau

LE SAC DU TRESORIER

La saison septembre 99 – juin 2000 touche à sa fin. Bien que le bilan ne se fasse qu'en fin d'année, je voudrais faire une remarque importante, après quelques mois à la trésorerie : le paiement des cotisations devrait être terminé puisque le deuxième semestre se paie en février, et pourtant, je constate qu'il en reste encore une dizaine qui ne me sont pas parvenues, malgré les rappels.

Pour la rentrée de septembre prochain, j'espère que tous les nageurs nous resterons fidèles, et que plusieurs nouveaux viendront enrichir les groupes. La cotisation reste fixée à

- 3 700 F par personne et pour une période de 5 mois,
- 1 850 F pour la 3^{ème} personne et plus d'une même famille pour la période de 5 mois,
- 6 800 F par personne pour l'année,
- 3 400 F pour la 3^{ème} personne et plus d'une même famille.

Pour les nageurs licenciés, les montants restent également inchangés, soit :

- 7 400 F pour l'année par personne, (3 700 F pour la 3^{ème} et plus),
- 3 700 F pour la 1^{ère} période (septembre à janvier) et
- 4 400 F pour la seconde période (février à juillet).

Pour toute question concernant les cotisations, je me tien à votre disposition.

Pour arriver à garder les cotisations à ce niveau, plusieurs solutions ont été mises en place :

- Le magasin : vente de maillot et accessoires plusieurs jours par semaine dans le couloir de la piscine.
- La vente de pâtes et pizzas sur commande, une fois par mois. Goutez-les, vous en reprendrez car elles sont excellentes !
- L'opération "gaufres", une fois par année, qui a bien porté "ses fruits", puisqu'elle a rapporté environ 20 000 F. Mais je suis persuadé que l'on peut faire beaucoup mieux, car certaines personnes en ont "redemandés" après les avoir goûtés.

Et enfin, nous terminerons l'année, par le traditionnel barbecue que nous organisons à Saint-Roch Ferrières le 25 juin prochain. J'espère vous y rencontrer très nombreux.

Quant aux licenciés, ils termineront l'année par les compétitions de début août, à Chaudfontaine et Embourg, où je vous invite à venir les encourager.

Laurent FRANCK

LE MOT DU SECRETAIRE

Le triathlon organisé par le club à la mi-avril, dans les bois du domaine de Saint Roch Ferrières s'est bien déroulé. Un seul regret, le petit nombre de participants pour un parcours VTT pourtant jugé très bon et surtout très technique (étant donné les conditions atmosphériques : nous avons eu droit à la drache nationale) par un connaisseur, Daniel Masy, qui participe régulièrement à ce genre d'épreuve, ainsi qu'à des raids, tel le raid "Gauloise". Une petite critique cependant, concernant le parcours VTT, qui pourrait être moins dur pour les plus jeunes. De plus, malgré un fléchage abondant qui est l'œuvre de Thierry Grodent, pour la prochaine édition, nous placerons des personnes sur les parcours (aux changements de direction), afin d'améliorer les indications d'une part, et la sécurité d'autre part. Ces personnes feront également un pointage – contrôle des participants, qui porteront un dossard. Comme vous le voyez, nous essayons de nous améliorer d'une année à l'autre, tout en gardant bien entendu le caractère "sympathlon" de l'épreuve.

Mais déjà le mois de juin est là, et avec lui les examens scolaires très importants pour nos affiliés (ceux qui vont toujours à l'école bien entendu), à qui je souhaite de bien les réussir. Au club aussi, il y a des examens de natation : ce sont les brevets que bon nombre de nos jeunes nageurs ont passés ce samedi 3 juin, en fonction de leurs capacités, et réussis pour la plus part avec brio. Sincères félicitations à tous.

Je me permettrai cependant, sans pour autant diminuer le mérite de tous les autres, de souligner les performances de quelques-uns d'entre eux, qui malgré leur très jeune âge ont nagé des distances appréciables dans un style correct : Aurélie SOSSET (9 ans) a nagé 800 m – Dolorès REA LABRADA (10 ans), Emilie DESSOY (10 ans), Kathleen MASSIN (10 ans) et Arnaud MARI (10 ans) ont nagé 1500 m – et enfin, Justine PEX (13 ans) et Elodie TOULEMONDE (13 ans), Laeticia GEORGE (14 ans), ont nagé 3500 m. (Et quoi les garçons ? Heureusement qu'il y a un garçon dans le lot !). N'est-ce pas Corneille qui a dit par la bouche du "Cid" que *"la valeur n'attend pas le nombre des années"*.

Enfin, pour terminer la saison, (en tous cas pour l'école de nage) et prendre une bonne bouffée d'air frais et se détendre après les semaines stressantes (pour les parents comme pour les enfants) d'examen, j'espère vous retrouver très nombreux au traditionnel barbecue que nous organisons comme chaque année le dernier dimanche de juin à "La Ferme" à Saint Roch Ferrières. Vous pourrez participer à la promenade habituelle dans les bois entourant le collège, sous la conduite de notre président, ou simplement "papoter" autour d'une table, ou encore participer à une partie de carte, suivant les goûts. C'est aussi l'occasion pour tous de se retrouver en pleine nature, en toute décontraction, et surtout de manger un morceau, de boire un bon verre ensemble et de faire plus ample connaissance. Croyez-moi, vous ne le regretterez pas ! Car ceux qui y sont venus une fois reviennent les années suivantes.

Enfin, c'est l'occasion pour les jeunes du groupe de compétition, de bien s'oxygéner avant la dernière ligne droite : le stage (pour certains) et la préparation aux dernières compétitions de la saison que sont le critérium des jeunes, le championnat de Belgique et entre deux, les compétitions de Chaudfontaine et d'Embourg.

LE GROUPE DE FABIEN

Le dernier de l'année (article)

GROUPE DES JEUNES COMPET....

Bonjour à tous ou bonsoir... .

Today Article sérieux...Attention celui-ci se détruira dès que vouslu.

Je profite de l'occasion pour féliciter tous les parents qui ont cette année encore donné de leur temps pour que leur enfant puisse vivre leur sport ..ça ne doit pas être tous les jours facile.... Merci.

Acclamations à ces mêmes parents pour la pratique de la natation dans le groupes masters.....
Voici maintenant la place des nageursCongratulacions à vous qui nagez 3 ou 4 fois
semaine.....

Les résultats ont, je l'espère, été à la mesure de votre travail, votre investissement et votre
courage.....

Quatre jeunes représenteront les couleurs du club au prochain championnat de Belgique
jeunes et j'espère

que l'année future nous serons au moins le double ? Ceux qui sont intéressés. on commence
dès le début de l'année.

A la rentrée de septembre nous accueillerons de nouveaux nageurs venus du groupe pré
compet et laisseront partir les nageurs nés en 1986 chez Dominique (5-6
entraînements) ou Olivier (4 entraînements).

Voici Maintenant les différentes «évaluations »

Alicia, Dolorès, Arnaud, Boris ,Gaël seront nos futurs licenciés ? Ils ont effectué une entrée
remarquée dans le groupe, progressant sans cesse, améliorant leur technique dans les quatre
nages... bonne continuation et bon courage

Alain :Une année mitigée, des progrès mais également et malheureusement des absences
répétées dues à la croissance, blessures ... courage

Stéphanie Que dire... à part t'encourager je ne sais rien dire.

Cette année au niveau de la natation est à oublier ...pas par ta faute ... continue à voir ton
kiné ... à t'étirer et accroche-toi....

Aurélie La fin de l'année 99 avait apporté de bons résultats mais ton entorse et la régularité
ont gâché bien des choses.

François Bien petit gars, en progression constante.... Dans les 4 nages Un beau style en
CR confirme ton potentiel ...vivement l'année prochaine que l'on puisse te faire travailler et
qui sais.....une surprise en fin Juillet 2001.

Temps 400 :6.38.33 200 4N :3.16.84 200 cr :3.03.22 100 cr :1.21.63

Olivier : Je n'avais jamais vu une asperge nagé ...mais cela donne bien Attention le 4 Nages est une nage qui demande de la concentration même en compétition ...HUM...hum
Temps 400 : 6.18.16 200 4N :3.13.93 200 cr : 2.54.26 100 cr : 1.1615

Adrien : Nageur qu' il faut encouragé tous les jourssympathique .Courage Adrien ta progression est constante mais essaye de t'appliquer plus lors des entraînements et arrête de triché. Merci
Temps 400 Sr :6.38.86 200 4N :3.31.80 200 cr : 3.21.65 100 cr :1.21.93

Frédéric :Une bonne fin de saison malgré quelque mise à secça arriveamélioration sur 100, 200 et 400 que demander de plus. .. s'étirer mieux merci et bon courage....
L'année prochaine tu auras la chance de t'entraîner avec Olivier
Temps 400 cr :6.04.60 2004N :3.04.37 200 cr :2.45.90 100 cr :1.14.22

Simon : OUF que cela a été dur mais on a réussi.... Très belle progression cette année que ce soit en 100, 200,400 mais le 2004N reste un scandaleje rigole ...concentre-toi Merci ET FAIS ALLER TES JAMBES.....
L'année prochaine chez Oli merci pour ses 2 années et bonne merde
Temps 400cr :..... 200 4N : 3.09.88 200cr : 2.45.06 100cr 1.10.32

Julie Tu me fais devenir fou (de rage) les derniers mois de compé t'ont permis d'améliorer tous tes temps Mais tu n'es jamais contente même si c'est l'entraîneur qui te félicitec'est dur... à supporter...
Pour continuer à progresser il faut se donner à fond dans les entraînements durs et rapides ...merci ...réfléchis-y.....bats-toi et cela chaque jour ...
Temps 400 cr :5.39.41 2004N :2.56.61 100 br 1.30.51 100 cr :1.12.30 100 pap :1.25.62
6 records battus pendant le moi de mai très bien ? **félicitations pour ta régularité à l'entraînement**

Virginie Voici encore une nageuse de talents et qui, en plus, en veut et qui généralement met les moyens pour y arriver.
C'est également une bonne année pour tout ... beaucoup d'amélioration mais hélas la fin de saison fut gâchée par de petits problèmes MAIS il ne faut pas laisser tout tomber BATS-toi et fais-moi confiancemerci
Temps 400 cr : 5.38.19 200 4N : 3.09.39 100 br :1.32... 100 cr :1.12.67

Vanessa La plus timide de toute ... mais quelle nageusesympa à l'entraînements attentive
Attention l'année prochaine tu iras certainement au Championnat des jeunes ...merci
Beaucoup de progrès cette année dans les 4 N Félicitations
Temps 200 cr :3.02.83 100 dos :1.23.98 100 cr :1.21.46

Sébastien : Je lève mon verre à la santé de ton entraîneur . car il est courageux de te supporter ...mais bon tu lui rends bien. Merci et félicitations pour ta qualification pour le championnat des jeunes... essaye simplement d'être un peu moins fatiguant ...MERCI courage pour le mois de Juillet ça va être très dur.
Temps 400 cr : .5.46.72 un vieux temps 200 4N :2.49.61 100 cr 1.10.68 100 dos :1.25.53
100 pap :1.24.29 100BR :1.26.51
200 cr : 2.42.96

8 records battus pendant les mois d'Avril et Mai Félicitations et bonne chance

Lucien Le plus rapide d'entre tous , tu représenteras également le club au championnat de Belgique des jeunes pour le 100 CR, 100 BR et le 100 DOS.

Que dire à part merci d'être attentif et sérieux aux entraînements ...ça donne de bons résultats Accroche- toi pour le mois de Juillet car ça va déménager.

Cette année tu as progressé dans tous les domaines : technique, vitesse, endurance ...continue et félicitations

Temps 400cr :5.11.42 vieux temps 200 cr :2.26.89 100 CR :1.05.03 100 BR 1.27.08
100 DOS 1.17.21

6 records battus sur 3 compet pendant le mois d'Avril et Mai.

Fabien.

N'oubliez pas que la piscine vous est réservée :

En juillet et août

Le lundi et le jeudi

De 21 h. à 22 h.

À prix réduit sur présentation
de la carte de membre

Qu'on se le dise !

L'école de nage.

Que dire de cette année, si ce n'est qu'elle se termine aussi bien qu'elle a commencé. Vous êtes toujours là, toute l'équipe des moniteurs également et, par conséquent, vos enfants également. Bref, une bonne saison dans l'ensemble.

Septembre 2000 représente un nouveau départ pour beaucoup car il y a un changement de groupe, de moniteur et le niveau de natation augmente. Vous allez, pour certains, vers la découverte d'autres nages, de ce qu'est une compétition, d'un entraînement de 45 minutes dans le grand bassin. Bref, une aventure commence.

Cette aventure, nous allons la parcourir avec vous. Nous ? et oui, tous les moniteurs de l'école de nage vont vous accompagner tout au long de cette année. Qui ? Mais vous les connaissez, il s'agit de : Corinne, Valérie, Delphine, Michaël, Frédéric, Didier et de moi-même et peut-être ? ? Vous verrez certains moniteurs plus souvent, d'autres moins ; vous les découvrirez aussi dans d'autres groupes mais toujours bien présents au bord du bassin.

Un petit mot encore pour vous dire que cette année fût particulièrement difficile pour moi. En effet, j'ai commencé septembre avec vous et ... une mononucléose et...quelques autres virus dont on a décelé la présence en ...janvier. Fatiguée, je l'étais ; démotivée, je ne pense pas. Je dois vous dire que commencer une année comme celle-ci sans savoir pourquoi il y a un problème est une fameuse remise en question. C'est pour cette raison que je lève légèrement le pied pour la saison prochaine, mais je suis toujours à votre disposition pour régler un problème d'horaire, de communication ou tout autre obstacle qui surgirait.

Je vous rappelle également le **stage du mois d'août** qui se déroule du 07 au 11 dans les infrastructures calidifontaines (piscine et hall de Ninane) avec l'équipe de moniteurs que vous connaissez.

Pourriez-vous également me communiquer **PERSONNELLEMENT** l'arrêt éventuel de votre enfant pour la saison prochaine. Un grand merci pour la confiance que vous nous témoignez et... à l'année prochaine.

Sabine.

Les groupes de CORINNE.

Tout d'abord, je parlerais du groupe de mardi et jeudi.

RASQUIN Stéphanie tu as fait une belle progression, tu es prête à aller chez Sabine l'année prochaine.

VERBIEST Jennifer toi aussi, tu as fait de très gros progrès, continue mais n'oublie pas de bien allonger en brasse. Bonne chance chez Sabine.

COUNSON Charles tu as bien travaillé, continue. N'oublie pas, il faut bien nager, pas vite.

VANDENBROECK Alysson tu as bien progressé sur peu de temps, continue sur ta lancée.

HALLUT Sarah tu as travaillé dure mais un gros effort en brasse est nécessaire.

Le groupe du mardi et vendredi.

Vous avez tous bien travaillés cette année. Certains iront chez Michaël et d'autres resteront encore un petit peu chez moi pour se perfectionner.

Je me tiens à votre entière disposition pour tous renseignements concernant votre enfant.

Corinne.

Le Coin de DIDIER

Nous voici au terme d'une saison qui a été riche en enseignement, où la bonne humeur était toujours présente ainsi que la qualité du travail. Je tiens également à remercier les parents pour leur assiduité à amener leurs enfants à l'entraînement.

Groupe Lundi -Mercredi

Counson Charles : bon nageur et excellent joueur de foot(ALLEZ OLNE). Tu as fait d'énormes progrès dans tous les styles. Bonne continuation chez Sabine

Gueulette Nathan : bosseur, fonceur mais parfois dans la lune. J'espère que chez Sabine, tu seras plus attentif. Beaucoup de progrès dans tous les styles. Bravo

Duponthieu Robin : de gros progrès ont été réalisés surtout en dos et en brasse. Reste à améliorer le crawl. Bravo et surtout continue.

Halleux Florence : nageuse qui a fait beaucoup de progrès en dos et crawl. En brasse, pense à bien mettre les pieds en crochet.

Kindermans Laurie et Saive Manon sont 2 nageuses sur qui on devrait prendre exemple. Surtout continuez et encore bravo

Kremer Maxime : a fait de nets progrès dans tous les styles mais pense plus à ta technique qu'à la vitesse !

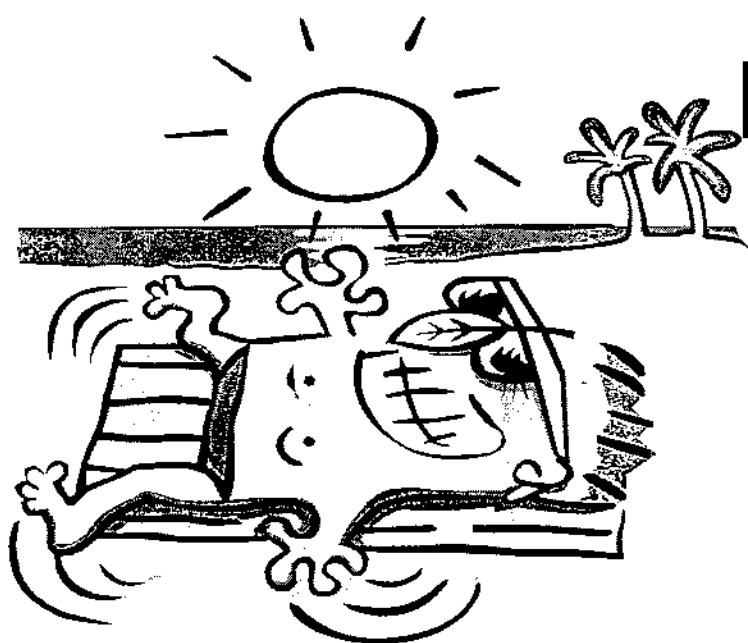
Mahaux Jonathan : nageur le plus doué et surtout le plus jeune du groupe. Ce nageur possède 3 qualités : bonne humeur, le respect des consignes, la qualité de son Travail. Que demandez de plus pour un entraîneur ? Avoir des gaufres aux cerises plus souvent (merci d'avance). Bravo et bonne continuation.

Malaise David : nageur très sympathique qui a accompli beaucoup de travail pour devenir un bon. Beaucoup de progrès en dos et en crawl. Reste à améliorer la brasse. Continue et encore bravo.

Piette Romain : beaucoup de progrès réalisés, continue sur ta lancée.

Groupe volontaire, parfois en retard mais qui en général écoutait bien les consignes. Ce groupe était réparti sur 2 couloirs et le nombre de nageur était parfois impressionnant surtout quand le petit bassin débarquait mais le travail a été quand même de bonne qualité. De gros progrès sont encore à faire en crawl et pour les plongeurs. Bravo aussi pour les bons résultats en compétition où nous espérons vous revoir nombreux l'année prochaine.

Je terminerais cet article en vous souhaitant de bonnes vacances et en espérant vous revoir l'année prochaine



BONNES VACANCES

BONNES VACANCES

BONNES VACANCES

DIDIER

LES GROUPES DE VALERIE.

Bonjour tout le monde. Nous voilà déjà à la fin de l'année. Il est temps d'énumérer les efforts des anciens du groupe et de présenter les nouveaux.

Un petit mot pour ceux qui ne viennent plus.

Anne-Lise, Gilles, Estelle, Audrey, Hélène et Christel, j'espère vous revoir en pleine forme en septembre, car malgré tout, vous me manquez mes petites fripouilles.

Compte-rendu de l'évolution de l'année.

Sonia :

Tu es toujours aussi ponctuelle et de bonne humeur. Après un petit congé maladie, tu reviens en force en améliorant davantage ta flottaison dorsale. Encore un petit effort pour les mouvements de bras en dos et tu pourras me faire sans problème un 25 m .Tu travailles très bien, même si parfois, je dois te rappeler à l'ordre. (Petites discussions avec d'autres enfants du groupe).

Kevin:

Mon petit Kévin, quelle belle évolution et quel effort! Malgré ta longue absence due à un problème de santé, tu es revenu au niveau des autres en un éclair! Félicitations! Encore un peu d'efforts à fournir pour acquérir une flottaison dorsale correcte. L'année prochaine, on travaillera les mouvements de bras en dos.Courage et surtout, continue comme ça.

Adrien et Romain:

Que dire ? Vous êtes deux fripouilles comme on n'en fait plus! Une fois que vous êtes ensemble, les pitreries commencent . Mais une fois que je vous sépare , quel bel effort vous pouvez fournir! Tous les deux, votre flottaison dorsale avec planches est pratiquement correcte . Bientôt, on travaillera sans planche! Il ne faut pas vous décourager. Tout vient à point à qui sait attendre!

Laura:

Une nouvelle venue qui se débrouille déjà très bien dans l'eau . Tu as tout de même quelques petits problèmes en flottaison dorsale . Tu ne parviens pas à maintenir cette position . Pas de panique, on améliorera cela l'année prochaine.

Jason:

Et voilà encore un nouveau petit bonhomme parmi nous. Jason, malgré ta timidité, tu es capable de faire beaucoup de choses. Tu viens d'arriver et il y a déjà un grand progrès! Tu ne te limites plus aux escaliers! Tu me fais la course kangourou sans te soucier des éclaboussures au visage. Continue comme ça et bientôt, on essayera la flottaison dorsale.

Amélie:

Encore une nouvelle recrue. Déjà bien avancée, tu peux suivre les autres sans trop de difficultés. Encore un peu d'efforts et bientôt, tu n'auras plus besoin de tes petites planches pour ta flottaison dorsale. Continue dans cette voie!

Charlotte:

Je dois t'avoir vue 2 ou 3 fois, mais à chaque fois , tu as fait un effort. Je te félicite Chacha.! Si tu continues comme ça, on parviendra assez rapidement aux exercices de flottaison dorsale. Courage ma puce!

Antoine:

Un petit rayon de soleil dans le groupe. Toujours de bonne humeur, tu arrives à faire les exercices que je donne aux autres. Un petit souci se présente pour la flottaison ventrale. Sur le dos, ça va avec le boudin et quand je suis là. Mais, étant donné que tu es un nouveau venu, on améliorera tout cela l'année prochaine.

Mélissa:

Une petite nouvelle qui se débrouille déjà très très bien. Tu es presque au même niveau que ma petite Sonia. Je te félicite. Tu travailles bien et tu es volontaire. Encore quelques efforts, et tu nageras en dos comme une championne.

Justine:

Quand tu es arrivée, j'ai eu un peu peur de voir que tu ne supportais pas l'eau sur le visage. Mais tu m'as prouvé que tu es capable de progresser, même très vite, car sur les 3 leçons précédentes, tes efforts ont porté leurs fruits. Tu sautes toute seule dans le petit bassin, tu mets la tête dans l'eau et tu te mets même en flottaison dorsale et ventrale avec tes petites planches! Un seul mot à dire: *Bravo!*

Je vous embrasse tous très très fort et me réjouis déjà de vous revoir à la rentrée prochaine. Passez d'excellentes vacances, vous et toute votre famille!

Gros bisous.

Valérie

Le groupe de Delphine

La fin de l'année approche et je pense que chacun d'entre vous a bien progressé. Dans cet article, je vais une fois de plus adresser un petit mot à chacun :

Marine : Tu as fais de beaux progrès et pas seulement quand il s'agit de nager. Tu parles un peu moins et tu te tiens plus tranquille qu'au début de l'année. Tu commence à bien te débrouiller en crawl. La seule chose que j'aimerais encore que tu fasses c'est que tu penses à aller à la toilette avant le cours au lieu de jouer.

Marie : Tu es toujours aussi douée, tu t'appliques énormément et tu es toujours de bonne humeur alors continue comme ça !

Amélie : Je sais que c'est dur le crawl et qu'il faut penser à beaucoup de chose en même temps mais ça commence à venir. Continue à t'appliquer de la sorte.

Alisson : Tu es très calme et tu écoutes bien, mais si tu venais un petit peu plus régulièrement tu t'améliorerais encore plus vite.

Myriam : Ce qui est le plus dur pour toi c'est de penser en même temps à faire aller tes jambes et tes bras mais tu verras que ça viendra.

Marielle : Tu as été malade et j'espère que tu t'en remettra vite pour venir affronter la grande profondeur et tu découvriras que ce n'est pas si terrible que ça.

Gaël : Quand tu réfléchis bien à tous les mouvements que tu dois faire ça ne se passe pas trop mal alors persévère. Tu peux y arriver.

Charline : Je ne t'ai pas beaucoup vue ces derniers temps et c'est dommage car tu progressais bien.

Sarah : Tu sais très bien nager, il faut juste que tu ne te laisses pas trop distraire par les autres.

Jérémy : Je ne te vois pas très souvent mais quand tu es là tu fais des efforts alors continue tout en essayant d'être un peu plus régulier.

Céline : Depuis que tu es arrivées dans mon groupe tu as prouvé que tu y avais ta place par ton talent. La seule chose qui m'embête c'est que tu as tout le temps froid mais malheureusement je n'ai pas de remède à cela.

Salomé : Tu es nouvelle dans le groupe mais tu sembles très motivée et tu n'économises pas tes efforts alors continue.

Continuez tous de la sorte.

Delphine.

Le groupe des Masters.

Les plus âgés du club à oser mouiller leur maillot, ils sont là, fidèles depuis quelques années maintenant à pratiquer régulièrement leur sport favori. Leurs monitrices, Corinne et Sigrid, les félicitent pour leur détermination, leur travail, leur enthousiasme et leur régularité.

Ce groupe s'est agrandi au fil des saisons, nous observons peu de départs et quelques arrivées. Certains ont fait un passage éclair mais c'est bien d'avoir essayé.

La saison prochaine reste un mystère concernant les horaires. En effet, nous sommes sûres de conserver les entraînements du MARDI à 18h15 et du MERCREDI à 18h45. En ce qui concerne le JEUDI, nous cherchons encore à ce jour une solution mais, en principe, et jusqu'à nouvel ordre, les cours seraient suspendus jusqu'à fin novembre. Vu le peu de succès du SAMEDI MATIN, le cours est supprimé ainsi que celui du MARDI à 19h45 pour les mêmes raisons.

Quoiqu'il arrive, nous vous tiendrons informés des modifications éventuelles dans le courant du mois.

Encore un grand bravo à toutes et à tous et à la saison prochaine.

Corinne et Sigrid.

Quelques mots sur

Le groupe des nageurs de loisir

de Fred

Salut à tous,

Un peu pris par le temps et par mes examens ces moments-ci, je me contenterai de vous féliciter pour le travail fourni pendant toute cette année. J'en profite également pour souhaiter la bienvenue à Brice et Julien au sein de notre groupe.

En m'excusant pour la brièveté de mes propos (oufti kesske j'parle bien !), il me reste à vous souhaiter de très bonnes vacances à tous et à espérer vous revoir nombreux à la rentrée, toujours aussi motivés...

Fred

Les groupes de Sabine.

Voici une année de plus qui se termine, elle s'est très bien déroulée et cela à tous les niveaux.

Tous mes nageurs ont énormément amélioré leurs styles de nage. Que ce soit les « p'tits bouts » de l'accoutumance qui sont comme des poissons dans l'eau, la dizaine de nageurs du niveau dos, brasse, crawl ou le groupe du perfectionnement, nul ne m'a déçu.

Une preuve concrète est qu'une dizaine de nageurs du groupe perfectionnement vont se retrouver l'année prochaine dans le groupe de Lucien (pré-compétition), dans le groupe de Fabien (groupe compétition des jeunes) mais cela pour une période d'essai car ce groupe demande beaucoup de régularité, de travail et de sérieux (fini les vacances chez Sabine) ou encore dans le groupe de Frédéric ou Michaël qui est mieux adapté au grand âge de certains «vieux » nageurs. Les nageurs concernés par ces changements importants de groupe seront prévenus personnellement et les parents auront l'occasion de discuter avec les nouveaux moniteurs.

En ce qui concerne le petit bassin :

- Le groupe du mardi vendredi : tous les nageurs vont chez Corinne ; Bravo à tous.
- Le groupe du mardi et du jeudi 2 : vont au grand bassin : Christelle Petitfrère, Jean-Christophe Dauphin, Sarah et Loïc Missair, Jérémy Vieilvoye. Les autres nageurs restent avec moi pour découvrir la brasse, perfectionner leur style et améliorer leur endurance.

Je félicite tout le monde pour votre régularité, votre détermination et votre enthousiasme aux différents entraînements. Bravo également aux parents qui accompagnent leur progéniture tout au long de l'année que ce soit aux entraînements ou aux diverses manifestations aquatiques auxquelles les nageurs participent.

Bravo à tous et à l'année prochaine.

Sabine.

Ch.Th.N.

Les groupes de Michaël



ello les petits monstres, voilà, l'heure de nous quitter (pour quelques

semaines) approche à grand pas ! C'est, je crois l'occasion rêvée de faire un petit bilan de l'année que nous venons de passer ensemble.

Je vais scinder ce petit mot de fin de saison en deux parties :

➤ Le coin des parents :

Je voudrais vous remercier tout d'abord au nom de vos enfants pour tous les efforts que vous fournissez sans compter pour qu'ils puissent évoluer dans cette merveilleuse discipline qu'est la natation. En second lieu, au nom du Ch.Th.N pour la confiance que vous nous portez chaque année en inscrivant votre enfant dans notre club.

➤ Le coin des nageurs :

Pour commencer, je voudrais faire un petit (enfin en admettant que cela suffise) méat culpa : en effet, je n'ai pas toujours été présent à vos rendez-vous avec notre journal pour y inscrire à chaque fois combien j'étais content de vous compter dans mes groupes (trop de boulot, mémoire défaillante, surtout ça, plus d'encre dans l'imprimante, ... enfin, les excuses sont faites pour s'en servir). Donc, pour en conclure avec ce petit préambule, sachez que je suis désolé.



maintenant, trêve d'introductions diverses, entrons dans le vif du sujet avec un petit (sauf pour les ennemis de la lecture qui le trouveront beaucoup trop long), article détaillé sur chaque groupe dont je m'occupe.

➤ Les petits loups du lundi-mercredi (18h45-19h30)

Je suis vraiment très content de ce groupe qui, c'est le moins que l'on puisse dire, à beaucoup évolué pendant cette année. Des élèves qui ont rejoint les rangs des groupes supérieurs tant leurs progrès étaient importants aux enfants arrivés en cours d'année qui ont tellement évolué que rien ne pourrait faire penser qu'ils sont arrivés plus tard en passant par tous les autres, fidèles au poste depuis le début, vous formez une équipe de choc. Tant et si bien que nous avons et ce depuis plus d'un mois déjà, dépassé les objectifs habituellement fixés pour un groupe du niveau accoutumance. Je vous félicite donc pour cette fabuleuse saison.

➤ Les crabouilles du mardi (18h15-19h)

Je suis vraiment très content de ce petit groupe et des petits nageurs (mais costauds) qui s'y trouvent. En effet, peu confiant dans ce nouveau milieu en début d'année, vous avez persévéré et vous êtes maintenant, si pas encore tout à fait comme des poissons dans l'eau, beaucoup plus à votre aise. Je suis vraiment très fier de vous. J'espère vous retrouver l'année prochaine dans un groupe d'accoutumance où, j'en suis sûr, vous ferez encore des progrès phénoménaux.

➤ Les p'tits loups du mardi et vendredi (ma 19h-19h45 / ve 18h45-19h30)

Je suis très content de vous les petits loups, vous avez très bien progressé même ceux qui sont arrivés en cours d'année (je pense à Fabrizio et Thomas ou encore à Kevin et Adrien) ont su prendre le train en marche et, à force d'efforts et de persévérance, arriver à rattraper le niveau du groupe voir même à le dépasser en ce qui concerne Kevin. Je salue aussi, au passage, les prouesses des nageurs qui sont allés rejoindre le groupe supérieur en cours d'année (Anthony et Stéphane); c'est très bien les amis. Je suis sûr que les années qui vont suivre vont vous apporter encore plus de confiance en vous et que vous allez finir par être de véritables athlètes en natation.

➤ **Les p'tits dauphins du mardi-jeudi (ma 17h30-18h15 / je 18h45-19h30)**

A part l'irrégularité de certains enfants (je sais qu'il n'est pas toujours facile d'être présent chaque fois mais, en sport, plus encore qu'ailleurs, c'est la régularité qui « paie » le mieux), je suis aussi très content de ce groupe. Je dois cependant souligner un petit point pour deux petites demoiselles du groupe, Sandrine et Natacha par exemple qui, s'il est vrai qu'elles ont bien progressé, devraient essayer de faire un progrès sur le plan de l'écoute des consignes et de leur sérieux dans lesquels un minimum d'effort serait le bienvenu et permettrait de progresser encore plus rapidement. En dehors de ce petit détail, je n'ai vraiment que du bien à dire de vous, toujours souriant et plein de bonne volonté, vous êtes de petites nageuses et de petits nageurs qui évoluent très bien.

➤ **Les ados du mercredi et vendredi (me 17h45-18h30 / ve 19h30-20h15)**

C'était pour moi la première année que je m'occupais d'un groupe tel que le vôtre. Je suis vraiment très content d'avoir passé cette année avec vous comme nageur et -geuses. Vous êtes un groupe très motivé (allant même jusqu'à demander des exercices supplémentaires comme par exemple un peu de course à pieds) qu'il est vraiment très agréable d'entraîner. De plus ce groupe a, au cours de la saison, grandi de manière assez spectaculaire puisque nous avons doublé les effectifs et, vu la qualité des nouveaux arrivants, ce n'en fut encore que plus chouette. J'espère donc, pour conclure, que cette année vous aura autant apporté qu'à moi et je serais content de vous retrouver en septembre.

Il me reste maintenant à vous souhaiter à tous d'excellents congés pour cette période estivale qui, il faut bien l'admettre, commence en toute beauté.

Merci pour la confiance que vous nous témoignez chaque jour et à l'année prochaine.

Michaël