

Parole aux coaches...

Journées d'Automne –15 et 16 octobre 2022–BOURGES



(par Christophe CLEUZIOU)

Ca y est, la saison est lancée !

Pour ce premier week-end de compétition, le bassin intérieur du centre nautique accueille les
« Journées d'Automne ».

Une grande mobilisation de la part de l'ensemble de nos nageurs, 49 engagés pour un total de 336 courses.

Pour la première fois cette saison, les Avenirs ont participé à la compétition. Bien sûr, ils ont été accompagnés par l'ensemble de nos groupes compétitions.

Concernant les résultats sportifs, le travail mis en place en ce début de saison a permis de voir de très bonnes performances ainsi que quelques records et ceci sur l'ensemble des 3 réunions.

A noter que l'ensemble des épreuves ont été remportées par les nageurs de l'ACB.

Suite à ce premier rendez-vous réussi des nageurs de l'ACB, nous nous tournons désormais vers les départementaux hiver les 12 et 13 novembre 2022 à Vierzon.

En attendant, le groupe CAF participera ce week-end (22-23 oct) au meeting d'Olivet et une compétition Interrégionale sur Rennes le Vendredi soir !

Bravo à tous !!



(par Alexis BOURDUCHE)

La première compétition de la saison 2022-2023, les Journées d'automne comme tous les ans débutent la reprise : un moyen de prendre des repères après un mois d'entraînement. La compétition s'est déroulée le week-end des 15 et 16 octobre avec pratiquement toutes les courses (pas de 100 4n)

5 clubs du département étaient présents avec une participation de 113 nageurs.

24 nageurs Germinois ont répondu présent

- pour les Juniors et seniors : Barraud Morgane, Chollet Alicia, Chollet Maëlle, Leboeuf Gabriel, Leboeuf Martin et Leboeuf Simon, Lopes Arriat Leny, Mallet Ramos Antoine, Pace Tahina et Payen Margot.

Compétition compliquée pour les plus grands. Ces nageurs savent que c'est une compétition de reprise et que les perfs ne seront pas visibles, ce qui agit sur leur investissement...mais ce retour à la confrontation sert à placer des choses techniquement et à appréhender un peu de remise en question pour la suite. Les choses vont trouver leur place.

- Ce sont 10 nageurs de la catégorie JEUNES qui se sont déplacés dans le bassin du Centre nautique de Bourges pour leur première compétition de la saison.

Depuis le début, tous les nageurs s'entraînent en bassin de 50m extérieur, pour cause la fermeture de notre bassin municipal. Cette compétition était donc l'occasion de prendre des repères en bassin de 25m.

Le bilan est très satisfaisant avec pas moins de 48 records personnels sur 67 courses. Mention spécial pour 3 nageurs qui affichent un record personnel sur toutes leurs courses (8/8 pour Benjamin HOFSTEDE, 4/4 pour Emile LEROY & 6/6 pour Angéline JAIGU)

Etaient aussi présent, 3 nageurs de la catégorie AVENIRS. Félicitation à Kseniya FALLAS, Diego FERNANDES & Rania IRIH qui ont été sélectionnés parmi les 10 meilleurs filles/garçons afin de pouvoir participer à cette compétition.

Prochain rendez-vous le week-end du 12/13 Novembre pour les JEUNES 1 le Dimanche 27 Novembre pour les AVENIRS.



(par Julie CHANUSSOT)

L'heure de la reprise en bassin a sonné pour les nageurs florentais, l'occasion de réaliser leurs premiers chronos de la saison 2022-2023.

Ils étaient 19 au total à représenter le club à Bourges :

- 4 avenirs (Tom, Asmaa, Eloi et Margot)
- 10 jeunes (Ethan, Lalie, Louise, Océane, Ellenaïs, Romane, Théa, Clémence, Kahyna et Claire)
- 5 juniors (Lynéa, Nolan, Rose, Louis et Maëlle)

Pour les avenirs cette compétition faisait encore partie des premières de leur jeune carrière de nageurs, ils ont donc pour la plupart rentré de tout nouveaux chronos dans la base de données. De bonnes références pour la suite.

Les jeunes venaient quant à eux jauger leur état de forme après le retour à l'entraînement depuis début Septembre. Les chronos semblent prometteurs pour les compétitions à venir, certains ont pu rentrer des performances dans la grille du meeting d'Olivet le week-end prochain.

Enfin les juniors qui sont habitués aux reprises à Bourges pour les JA ont bien joué le jeu en décrochant déjà de très beaux chronos. Comme les jeunes, certains se voient accéder à de nouvelles nages pour le meeting d'Olivet.

Une nouvelle fois la team florentaise affiche les couleurs rose et noir de belle manière.

Un merci tout particulier aux officiels / bénévoles, ainsi qu'aux spectateurs / parents pour les encouragements.

RDV le 22-23 Octobre ...



(par Coralie Milerieux)

L'ESA Natation a participé à la première compétition de la saison ce week-end à Bourges en emmenant 12 nageurs/nageuses âgés de 11 à 16 ans. Cette compétition « test » de début de saison va pouvoir servir de base de travail pour les futures séances à venir. De nombreuses meilleures performances individuelles concluent les bons résultats du week-end et augurent une belle saison à venir tout en gardant à l'esprit qu'il y a encore des choses à travailler.

