

## Parole aux coachs...

---

### Championnats Régionaux Juniors-Séniors

---



Par Alexandre NOEL

Ce week-end du 29-30 juin ont eu lieu les championnats régionaux à Orléans la Source.

2 nageurs de catégorie Juniors étaient qualifiés et présents.

- Giani ZITO a décroché 2 Finale A (2009-2010) et a réalisé 3 MPP sur 5 courses disputées.

- Richard ISAAC a décroché une finale A (2009-2010) et 2 MPP sur 3 courses avec un temps de niveau interrégional sur 50 NL.

Félicitations à eux pour leur belle saison pendant laquelle ils sont devenus de bons nageurs de niveau régional et ont été récompensés de leurs efforts et de leur assiduité.



Par Alexis BOURDUCHE

#### Championnats régionaux été

Les championnats régionaux en bassin de 50m à Orléans se sont déroulés les 29 et 30 juin. Pour la plupart des nageurs juniors et séniors c'était la dernière compétition avant les vacances d'été.

199 nageurs, 26 structures de la région et 2 hors région.

Les Germinois présents : Belradja Naël, Chollet Alicia et Chollet Maelle, Hofstede Benjamin, Mallet Ramos Antoine et Payen Margot.

#### Naël :

- 200 nl en série 2'21"24 et finale 2'20"32

- 400 nl MMP en série 4'53"74 et en finale 5'05"76

- 800 nl 9'57"64 MMP et 3ème catégorie Espoirs

- 1500 nl 19'34"38 premier Espoirs



- 50 pap 32"66 MMP
- 100 pap 1'15"84 MMP

**Alicia :**

- 50 nl 30"02 MMP en série et 29"59 en finale MMP
- 100 nl 1'04"73 MMP
- 50 br 36"07 en série et 35"28 en finale 3<sup>ème</sup> catégorie relève
- 200 brasse en série 2'51"33 et en finale 2'49"25 2<sup>ème</sup> catégorie relève
- 200 4n 3'38"80 MMP

**Maëlle :**

- 50 nl 34"14
- 50 br 39"74 en série et 39"39 en finale
- 100 br 1'27"99 en série et 1'25"46 en finale
- 200 br en série 3'03"28 et en finale 3'03"78

**Benjamin :**

- 100 nl 1'12"24
- 50 br 42"72
- 100 br en série 1'31"83 et finale 1'28"06
- 200 br 3'16"20 en série et 3'14"09 en série
- 50 pap 34"45 MMP

**Antoine :**

- 50 nl 28"72
- 100 nl 1'05"70
- 200 nl 2'23"28
- 50 pap 32"15

**Margot :**

- 50 nl 30"61 MMP
- 200 nl 2'27"85 et en finale 2'22"31 MMP 3<sup>ème</sup> catégorie relève
- 400 nl en série 5'04"12 MMP et finale 5'05"13
- 50 dos 35"31 en série et finale 35"15
- 100 dos 1'16"95 en série et en finale 1'15"01 MMP



Bonne dernière compétition sur l'ensemble du groupe, Benjamin et Antoine semblent un peu plus en difficulté, Benjamin n'est que depuis cette saison au niveau régional et donc sur la première année Juniors. Antoine quant à lui avait sa grande première en grand bassin.

Maëlle est sur ses meilleurs temps pour cette saison. Alicia ne trouve pas sa nage sur la brasse mais se fait plaisir sur 50, 100 nl et 200 4N, Naël réalise de bons temps mais a du mal à tenir la dernière réunion où le 400 en finale et le 1500 sont devenus compliqués en fin de compétition. C'est Margot qui réalise la meilleure compétition avec 4 meilleures perfs sur 5 belles améliorations sur 200 et 400 nl !

Bravo pour la clôture de la saison. Il reste les championnats de France Open pour Alicia mi-juillet !

Par Christophe CLEUZIOU

Régionaux été – Orléans 29 et 30 juin



Avec une délégation de 21 nageurs, l'Aquatic Club de Bourges revient d'Orléans avec 40 médailles dont 13 titres de champion Régional. L'ensemble de la délégation s'est bien comportée avec de nombreux records personnels. En plus de ces 41 podiums il est à noter que 16 nageurs sur les 21 engagés ont obtenu au moins une médaille, Alice Richard améliore les records départementaux 16-17 et 18 ans du 200



brasse en se qualifiant sur cette distance aux Championnats Open d'été et Floriane Ferron obtient également une qualification sur 200 papillon aux Championnats N2 !



Le nageur Berruyer le plus doré n'est autre que Sasha Fahrner qui en catégorie Espoir rafle toutes les courses sur lesquelles il était engagé (5 victoires sur 50 et 100 pap, 100 NL, 100 brasse et 400 4N). Floriane Ferron et Sarah Sangaria remportent chacune 2 victoires (100 pap et 50 NL pour la première citée et 100 NL et 200 4N pour la seconde). Avec une victoire au compteur on retrouve Alice Richard (200 brasse), Julian Taureau (200 NL), Nathan Bros (100 pap), et Léo Sédilleau (100 Brasse). Sarah Leclerc, Kaëline Vandal-Morin et Samy Trebosc obtiennent 3 médailles ; Fleur Chamillard, Artür Renard, Gabin Favière, Soline Cleuziou et Gabin Huijser montent à 2 reprises sur le podium ; Louis Pansiot (200 brasse) obtient une médaille.



Bravo à tous, à nos 4 officiels (Delphine, Saloua, André et Annie) ainsi qu'à l'ensemble des coaches Alexandra, Samuel et Christophe. Notons également les 3 médailles dont 2 victoires de Benjamin Losay-Martin (Centre de Formation). Ces championnats clôturent cette 20ème saison de notre club pour la grande majorité des nageurs. Reste au programme les Championnats de France Open d'été pour 6 nageurs Berruyers (Svetlana, Alice, Fleur, Gabin Favière, Kaëline et Sasha) qui seront accompagnés par Benjamin Losay-Martin du Centre de Formation.

Les plus courageux participeront au cours du mois de juillet à différentes étapes d'eau libre au niveau régional et National.





Par Coralie BOURREAU

Dernière compétition de niveau régional, Lucie et Gabrielle étaient nos deux représentantes sur ce week-end de championnat à Orléans.

Lucie était engagée sur quatre courses (50B, 100B, 200B et 100NL). Elle se qualifie à trois finales espoirs (juniors 1 et 2), sur le 100 brasse elle monte sur la 3ème marche du podium en se rapprochant de son meilleur temps. Cette médaille récompense Lucie de son assiduité ainsi que ses efforts à l'entraînement tout au long de la saison.

Gabrielle nageait que de la "nage libre" sur 50 100 200 et 400. Elle se qualifie également sur trois finales espoirs avec à la clé trois records personnels. Gabrielle est en constante progression sur cette saison.



C'était leur dernière compétition en tant que représentante de l'ESA Natation puisque les études obligent nos nageuses à partir loin d'Aubigny. Elles vont pouvoir conjuguer étude et natation afin de continuer à progresser et nager encore plus vite.

Je leur souhaite que du positif pour les saisons avenir et on se retrouvera au bord des bassins !