



Bilan Sportif

Montélimar Nautic Club

A.G. 2020

www.mncnatation.fr

Assemblée générale ordinaire du 07 Octobre 2020

Adrian Armatol

Directeur Technique

Montélimar Nautic Club

38 Route de Saint-Paul

26200 Montélimar

07 61 94 25 71

contact@mncnatation.fr





SOMMAIRE

Analyses de la saison	2
Les Effectifs	2
Les Compétitions :	2
Résultats de la saison	3
Résultats par Equipes	3
Résultats en compétitions Individuels	5
Records du club	11
Activités club	11
Sport'Zap en partenariat avec L'agglo	11
Mini-Stage Ecole de Compétition	11
Plan "J'apprends à nager" et "Aisance Aquatique"	11
Nuit de l'eau 2020	11
Stage à l'extérieur	12
Formation	12
CDD pour Laura et Ugo	12
Officiels	12
Meeting de Montélimar	12
Remerciements	13



Analyses de la saison

LES EFFECTIFS

Pour la saison 2019 – 2020, le M.N.C. compte 748 adhérents, Record ! (735 l'an dernier) répartis ainsi :

- 11 membres du Bureau
- 162 adhérents Adultes (190 la saison dernière)
 - 78 en natation adulte,
 - 61 en aquagym,
 - Dont 14 en Aquagym & natation,
 - 15 compétiteurs maîtres,
 - 8 en Aquaphobies.
- 575 adhérents enfants et ados (566 la saison dernière)
 - 270 sont en école de natation (262 la saison dernière)
 - 81 sur l'opération JAN & AA
 - 113 sont en groupe perfectionnement (102 la saison dernière)
 - 52 sont en groupe pré-compétitions (62 la saison dernière)
 - 59 sont en groupe compétitions (60 la saison dernière)

Augmentation du nombre d'enfant en école de natation grâce à la création de nouveaux groupes !

LES COMPETITIONS :

28 compétitions dans 19 villes (53 dans 33 villes la saison dernière) : Annonay, Bourg-En-Bresse, Castres, Chalon-Sur-Saône, Chamalières, Font-Romeu, Grenoble, Le Lamentin, Le Lamentin (Fra), Lyon, Megève, Meyzieu, Montélimar, Nîmes, Pierrelatte, Privas, Saint-Victor, Saint-Paul-Trois-Châteaux, Toulouse

3 compétitions (5 la saison dernière) organisées à Montélimar : Les championnats départementaux interclubs le 10 novembre 2019, La première étape des championnats départementaux Drôme-Ardèche le 08 décembre 2019 et le championnat du club d'hiver le 13 décembre 2019.

Fin de toutes les organisations compétitives à partir du 14 mars 2019 pour cause de pandémie mondiale de Corona virus. Le club aurait dû organiser un deuxième championnat du club le 17 avril 2020, les interclubs avenir et jeunes le 8 mai 2020, mais aussi et surtout son vingtième meeting du 5 au 7 juin 2020. Meeting qui était national !



Résultats de la saison

RESULTATS PAR EQUIPES

INTERCLUBS TOUTES CATEGORIES

C'est à Montélimar, à domicile, qu'avait lieu la confrontation (sauf pour l'équipe 1 dames). Le club présentait neuf équipes en tout, soit **90 nageurs** qui ont participé à cette fête de la natation !

L'équipe 1 dame se classe 14^{ème} à Bourg-en-Bresse en Ligue et est **3^{ème}** Drôme-Ardèche,

L'équipe 2 dames est 6^{ème}, **l'équipe 3** : 13^{ème} et **l'équipe 4** en termine à la 17^{ème} place.

L'équipe 1 messieurs s'impose à Montélimar et est **2^{nde}** Drôme-Ardèche derrière l'équipe de Romans (présente à la finale de Ligue). L'équipe se qualifie pour la saison prochaine aux championnats de Ligue (16 meilleures équipes de la région).

L'équipe 2 est 4^{ème}, **l'équipe 3** : 10^{ème}, **l'équipe 4** : 15^{ème}, enfin **l'équipe 5** est 17^{ème}. Au classement dames et messieurs des équipes 1 le club est deuxième Drôme-Ardèche et au classement cumulé de toutes les équipes Montélimar est premier club Drôme-Ardéchois !

Sur le plan individuel, il y a eu des superbes performances, Louna Cadelon au 100m dos au départ du Relais nage 1'03''99 nouveau record du club toutes catégories elle améliore aussi le record du club du 200m nage-libre au départ du relais quatre fois 200m nage-libre.

Une très bonne organisation du club avec la présence de bénévoles en nombre pour tenir la buvette, la chambre d'appel, gérer l'informatique, officier dans les jurys, installer et démonter le matériel...

Tous les participants : Adrian ARMATOL (42 ans - senior), Adrien BRECHU (18 ans - Senior), Ahmed MEDAGHRI-ALAOUI (14 ans - Juniors), Albane ARMATOL (16 ans - Juniors), Albéric GINDRE (18 ans - Senior), Alexandre BOIRON (17 ans - Juniors), Alexine ASSENZA (18 ans - Senior), Ambre GLANDU (13 ans - Jeunes), Ambrine KEROUACHE (14 ans - Juniors), Amjad CHAMLI-OGHLI (15 ans - Juniors), Anaïs BONNET (18 ans - Senior), Anna DIOT (18 ans - Senior), Anthony BENJAMIN (18 ans - Senior), Antoine IUNDT (15 ans - Juniors), Anwar DAOUDI (12 ans - Jeunes), Augustin DENARIÉ (10 ans - Avenir), Aurélie CASTAN (18 ans - Senior), Axel FARDIN (14 ans - Juniors), Axel HEUDES (15 ans - Juniors), Camille ROCHE (17 ans -



Juniors), Chléa MAGNIN (16 ans - Juniors), Clement ESTRAN (15 ans - Juniors), Clément LISZEWSKI (10 ans - Avenir), Eloïse ANTHOUARD (15 ans - Juniors), Enzo HEMAR (17 ans - Juniors), Estelle CAMBON (18 ans - Senior), Ethan ROBERT (12 ans - Jeunes), Fiona SALVI (12 ans - Jeunes), Florian MONIER (18 ans - Senior), Frédéric BARGUIL (18 ans - Senior), Gabriella SODERHOLM (11 ans - Jeunes), Gaëtan REBOUL (18 ans - Senior), Garance ARMATOL (12 ans - Jeunes), Guillaume BALDI (18 ans - Senior), Hadrien LE POULAIN (17 ans - Juniors), Hamza CHAMLI-OGHLI (17 ans - Juniors), Hortense BOUF (10 ans - Avenir), Ikram DAOUDI (17 ans - Juniors), Ilham AKKOUH (17 ans - Juniors), Imane DAOUDI (15 ans - Juniors), Joseph CONSTANT (13 ans - Jeunes), Judith FERRON (17 ans - Juniors), Karine SLAVEV (14 ans - Juniors), Koumi GRIMAUD (17 ans - Juniors), Laura CASTAN (17 ans - Juniors), Léna GLANDU (17 ans - Juniors), Lenaïck DIEUAIDE (18 ans - Senior), Lisy JACQUIER (14 ans - Juniors), Lou GRANJON (17 ans - Juniors), Louis DOLTER (18 ans - Senior), Louis GINANE (18 ans - Senior), Louison ROCHE (17 ans - Juniors), Louna CANDELON (16 ans - Juniors), Lucas ESTRAN (18 ans - Senior), Manon MAZZOLINI (18 ans - Senior), Mathieu BLANC (18 ans - Senior), Matvei CHEVY (11 ans - Jeunes), Maximilien COLLIN (18 ans - Senior), Maximilien HAQUIN (18 ans - Senior), Mélanie MUNIER (11 ans - Jeunes), Mohamed EDDAHIR (16 ans - Juniors), Nathael MAREL (13 ans - Jeunes), Noémie DURAND (14 ans - Juniors), Nour HOUAS (12 ans - Jeunes), Pablo SALOMONE (13 ans - Jeunes), Pascal BLAIN (18 ans - Senior), Pierre BLACHIER (17 ans - Juniors), Pierre-Alexandre COLLIN (18 ans - Senior), Prune VICARD (11 ans - Jeunes), Romane AUDIGIER (11 ans - Jeunes), Romane BERT (13 ans - Jeunes), Sara MEDAGHRI-ALAOUI (12 ans - Jeunes), Sarah CASSAGNE (14 ans - Juniors), Sarah MOTTET (11 ans - Jeunes), Sasha PINILLOS (11 ans - Jeunes), Sebastien JOUFFRET (18 ans - Senior), Suzon ARMATOL (13 ans - Jeunes), Théo SENEZ (18 ans - Senior), Tibo FOMBONNE (17 ans - Juniors), Timothée BOUF (14 ans - Juniors), Tom GRESILLON (11 ans - Jeunes), Tom JOUFFRET (10 ans - Avenir), Tristan GRANJON (14 ans - Juniors), Ugo GRESILLON (13 ans - Jeunes), Ugo MARTIN (18 ans - Senior), Ulysse CHABAUD (16 ans - Juniors), Vaik GIACOMAZZI (18 ans - Senior), Yaëlle DIEUAIDE (15 ans - Juniors), Yannis CHEIKH-ROUHO (15 ans - Juniors), Zakaria MEDAGHRI-ALAOUI (13 ans - Jeunes), Zélie BOUF (12 ans - Jeunes), Zoe HEUDES (13 ans - Jeunes).

Les deux équipes 1 sur le podium Drôme-Ardèche !

Les messieurs qualifiés en Ligue ! Les deux équipe 1 Niveau Nationale 2

INTERCLUBS PAR CATEGORIES

Tous les interclubs par catégories ont été annulés en raison de la crise sanitaire. Dans d'autres Ligues ils ont eu lieu (avant le confinement) ce qui fait que certains clubs ont



marqués des points au classement national des club sur des compétitions que nous n'avons pas effectuées.

INTERCLUBS MAITRES

Pas d'interclubs maîtres cette saison...

RESULTATS EN COMPETITIONS INDIVIDUELS

COMPETITION INTERNE

175 enfants des écoles de natation ont participé au championnat du club le 13 décembre.

125 enfants et adolescents des groupes perfectionnements et compétitions ont participé au tournoi du championnat du club le 13 décembre

En décembre c'est **300** jeunes du club qui étaient présents pour participer à notre compétition interne modernisée depuis deux ans qui s'est révélée être une réussite !

Ces compétitions internes qui n'ont aucune valeur aux yeux de la F.F.N., permettent à tous les jeunes adhérents du club de montrer leur niveau de pratique à leur famille.

TEST E.N.F.

L'Ecole de Natation Française fait maintenant partie intégrante de la pratique de notre sport. Tous les nageurs nés après 2004 doivent être titulaires du pass'compétition en natation course pour participer aux compétitions officielle F.F.N.

Actuellement ces diplômes se passent à l'occasion de rencontres entre les clubs du département.

Depuis cette saison, les nageurs de la catégorie jeunes ne sont plus obligés d'être titulaire du pass'compétition pour y participer. Seuls les nageurs de la catégorie Avenir y sont contraints.

Cette saison nous avons **87 tests** (109 la saison dernière) qui ont été validés.

- **46** nageurs ont validé le Sauv'Nage – 34 l'an dernier
- **31** nageurs ont validé le pass'sport de l'eau – 21 l'an dernier.
- **10** nageurs ont validé le pass'compétition cette saison – 14 l'an dernier.

Le pass'compétition a évolué et se passe maintenant sous forme de petites compétitions.



AVENIRS

La catégorie Avenir, regroupe les nageuses de 10 ans et moins et les nageurs de 11 ans et moins qui s'entraînent dans les groupes Ecole de Compétition (anciennement Avenir et Précomp) Espoirs 1 ou Espoirs 2 (anciennement jeunes) du club. 10 filles et 14 garçons ont participé à des compétitions externes.

Les avenir qui ne sont pas titulaires du pass'compétition participent au "Challenge avenir", petite compétition qui permet de passer le pass'compétition composé d'un ensemble de course à réalisé (peu importe le temps, il faut respecter les règles !)

COMPETITIONS AVENIRS

6 garçons et **1 filles** ont participé aux deux seules étapes avenir de la saison (Annonay et Saint-Paul-trois-Châteaux). Ils sont titulaires du pass'compétition.

Hortense BOUF (10 ans), Matvei CHEVY (11 ans), Augustin DENARIÉ (10 ans), Tom GRESILLON (11 ans), Tom JOUFFRET (10 ans), Clément LISZEWSKI (10 ans), Robert SLAVEV (11 ans).

8 garçons et **7 filles** ont participé aux deux seules challenge avenir, heureusement ils ont tous validé leur pass'compétition avant le confinement !

Amani LAMRINI (10 ans), Anatole CONSTANT (10 ans), Antoine DA COSTA RAPSO (10 ans), Anton CHEVY (9 ans), Capucine FERT-VEZIAN (8 ans), Celene ARNAUD (10 ans), Eline REMONDAT (9 ans), Eliott FERT-VEZIAN (11 ans), Eva MONTEILLET (9 ans), Jules JOUFFRET (7 ans), Louis CARINENA (9 ans), Louka PUSATERI (10 ans), Lynes AUBAILE (10 ans), Romane PIGEOL (9 ans),

Au total c'est **22 nageurs** (8 filles et 14 garçons - 24 l'an dernier) qui ont participé aux compétitions proposées sur cette catégorie.

Aucune finalité régionale dans cette catégorie cette saison

JEUNES

La catégorie Jeunes regroupe les nageuses de 11, 12 & 13 ans et les nageurs de 12, 13 & 14 ans qui s'entraînent dans les groupes Espoirs 1, Espoirs 2, Ecole de compétition et Perfectionnement.

COMPETITIONS JEUNES

28 nageurs (17 filles, 11 garçons – 42 nageurs l'an dernier) ont participé aux compétitions.



Beaucoup moins de nageurs dans cette catégorie cette année vraisemblablement à cause à l'arrêt prématuré de la saison, et le peu de participation des nageurs du groupe perfectionnement qui en générale participent plus tard dans la saison aux compétitions.

Les nageurs ont participé à huit compétitions départementales, deux régionales (Meeting de Megève et finales interclub de ligue à Bourg-en-Bresse) et deux meetings nationaux (Saint-Victor à côté de Montluçon et Chalon-sur-Saône).

Niveau départemental : AUDIGIER Romane, BASALO Anaïs, BERT Romane, CONSTANT Joseph, DAOUDI Anwar, GRESILLON Ugo, HEUDES Zoe, HOUAS Nour, MAREL Nathael, MEDAGHRI-ALAOUI Sara, MEDAGHRI-ALAOUI Zakaria, MOTTET Sarah, ROBERT Ethan, ROXOT Hinata, SALOMONE Pablo, SALVI Fiona.

Niveau régional : BOUF Timothée, BOUF Zélie, MUNIER Mélanie, PINILLOS Sasha, SODERHOLM Gabriella, VICARD Prune.

Niveau national : ARMATOL Garance, ARMATOL Suzon, FARDIN Axel, GLANDU Ambre, GRANJON Tristan, MEDAGHRI-ALAOUI Ahmed.

Pas de championnats de France cette année pour cette catégorie.

Lors des deux Meeting nationaux, 20 finales nagées et 5 médailles gagnées.

JUNIORS ET PLUS

COMPETITIONS DEPARTEMENTALES

Les Juniors filles (14, 15, 16 et 17 ans), juniors garçons (15, 16, 17 & 18 ans) seniors filles (18 ans et plus) et séniors garçons (19 ans et plus) qui participent à des compétitions externes (départementale et plus) sont issus des groupes Elite Départemental, Perfectionnement et Maîtres compétition.

59 nageurs (24 filles, 35 garçons – 59 l'an dernier) ont participé aux dix-sept compétitions auxquelles le club a pris part cette saison. Huit de niveau départemental, quatre de niveau régional : Bourg-en-Bresse, Chamalières, Castres et Nîmes. Cinq de niveau national dont trois ou seule Louna Candelon a participé : Meeting national de Toulouse fin janvier, Meeting de Le Lamentin à la Réunion en février et Meeting national de Lyon début mars. Pour les autres on retrouve Meeting AURA à Saint-Victor à côté de Montluçon, et le Meeting de Chalon-sur-Saône.



Niveau départemental (39) : ANTHOUARD Eloïse, ASSENZA Alexine, BLACHIER Pierre, BLAIN Pascal, BOIRON Alexandre, CAMBON Estelle, CASSAGNE Sarah, CASTAN Aurélie, CHABAUD Ulysse, CHAMLI-OGHLI Amjad, CHAMLI-OGHLI Hamza, CHEIKH-ROUHOU Yannis, COLLIN Maximilien, DAOUDI Ikram, DAOUDI Imane, DIOT Anna, DOLTER Louis, EDDAHIR Mohamed, ESTRAN Lucas, FERRON Judith, FOMBONNE Tibo, GIACOMAZZI Vaik, GINANE Louis, GINDRE Albéric, GLANDU Léna, GRIMAUD Koumi, IUNDT Antoine, JACQUIER Lisy, JOUFFRET Sebastien, KEROUACHE Ambrine, LE POULAIN Hadrien, LITHA Maëlle, LUGUIN Charlotte, MAGNIN Chléa, MARTIN Ugo, MAZZOLINI Manon, MONIER Florian, ROCHE Camille, SENEZ Théo.

Niveau régional (12) : AKKOUH Ilham, BALDI Guillaume, BARGUIL Frédéric, BLANC Mathieu, BRECHU Adrien, CASTAN Laura, COLLIN Pierre-Alexandre, GRANJON Lou, HEMAR Enzo, REBOUL Gaëtan, ROCHE Louison, SAVINEAU Marc,

Niveau national (8) : ARMATOL Adrian, ARMATOL Albane, CANDELON Louna, DIEUAIDE Yaëlle, DURAND Noémie, ESTRAN Clement, HAQUIN Maximilien, HEUDES Axel.

COMPETITIONS NATIONALES ET PLUS TOUTES LES CATEGORIES.

MEETING NATIONAUX

A défaut de championnats de France les nageurs on quand même participés à cinq meeting nationaux (trois rien que pour Louna Candelon !).

2^{EME} MEETING NATIONAL AURA A SAINT-VICTOR – DECEMBRE 2019

Douze nageurs : Adrian ARMATOL, Ahmed MEDAGHRI-ALAOUI, Albane ARMATOL, Ambre GLANDU, Axel FARDIN, Axel HEUDES, Clement ESTRAN, Garance ARMATOL, Noémie DURAND, Suzon ARMATOL, Tristan GRANJON, Yaëlle DIEUAIDE étaient à Montluçon pour le 2ème meeting national de la ligue Auvergne-Rhône-Alpes. Près de 650 nageurs présents. 98 records personnels, 42 records du club, 9 records départementaux et 2 records régionaux !

Six podiums : **Garance Armatol** remporte le 400 quatre-nage, se classe seconde au 200 quatre-nages et 3ème du 50, 100 nage-libre et du 100 papillon chez les jeunes. **Tristan Granjon** prend la médaille de bronze au 200 nage-libre jeunes.

MEETING NATIONAL D'OCCITANIE A TOULOUSE – JANVIER 2020

Louna Candelon réalise une très bonne reprise avec une belle victoire au 200m dos (5ème performance française toutes catégories de 2020) qui peut lui laisser entrevoir



une place en finale aux France élite et pourquoi pas un podium aux France Junior avec “soyons fou” une première sélection en équipe de France junior ?

1^{ère} du 200m dos en 2'21"40

2^{ème} du 50m dos en 30"70

MEETING NATIONAL DU GRAND CHALON – JANVIER 2020

Huit nageurs : Ambre GLANDU, Axel HEUDES, Clement ESTRAN, Garance ARMATOL, Maximilien HAQUIN, Suzon ARMATOL, Tristan GRANJON, Yaëlle DIEUAIDE.

Trois finales disputées par Yaëlle Dieuaide

Deux finales pour Clément Estran et quatre records du club.

MEETING NATIONAL DU LAMENTIN EN MARTINIQUE – FEVRIER 2020

C'est à l'occasion d'un stage de natation en Martinique avec le pôle (on dit CAF maintenant) d'entraînement de Font-Romeu sous la houlette de son entraîneur Lionel Barnades que **Louna Candelon** a pris part au Meeting de “Le Lamentin”. Elle réalise une très belle compétition, avec neuf courses disputées elle améliore quand même huit records personnels ! Et également beaucoup de records du club. 100 Nage-libre en 1'01"64 ; records 16 ans. 50 dos en 30"63 record 16,17 et toutes catégories. 100 dos en 1'05"64, également les trois records de 16, 17 ans et toutes catégories. Au 200 dos elle améliore son récent record en 2'20"98 ce qui lui permet d'être classée dans le top 10 français toutes catégories.

1^{ère} du 200m dos en 2'20"98

1^{ère} du 100m dos en 1'05"64

21EME MEETING NATIONAL DE LYON METROPOLE – MARS 2020

Juste avant le confinement, Louna Candelon était présente avec le pôle France de natation de Font-Romeu au Meeting national de Lyon. Elle monte quatre fois sur le podium ! **3^{ème}** du 50 papillon, meilleure performance personnelle à la clé, en moins de 30 secondes. **2^{ème}** du 50 et 100 dos et record personnel au 100 dos et enfin **vainqueur** du 200m dos en nageant pour la première fois sous les 2'20" ! Elle est ainsi la 6ème performeuse française toutes catégories de la saison et s'approprie le record Drôme-Ardèche 16 ans. Louna améliore aussi le record du club du 200 dos, bien sûr, tout comme au 100 dos et au 50 papillon.

1^{ère} du 200 Dos Dames, Finale A en 2'19"84

2^{ème} du 50 Dos Dames, Finale en 30"72

2^{ème} du 100 Dos Dame, Finale A en 01'05"37

3^{ème} du 50 Papillon Dames, Finale A en 29"68



CHAMPIONNATS DE FRANCE HIVER DES MAITRES - MARTINIQUE

Tous les championnats de France ont été annulés, sauf ceux de 25m en décembre auquel aucun Montilien ne participait et les France hiver des maîtres en Martinique où Anaïs Bonnet a représenté le club de fort belle manière.

8^{ème} au 50 Papillon, 4^{ème} au 100 Dos et 5^{ème} au 50 Dos en catégorie C1

Tristan Granjon et Garance Armatol sur les podiums jeunes des Meeting nationaux,

Louna Candelon qui gagne sur les Meetings nationaux,

Anaïs Bonnet aux Championnat de France hiver des maîtres au Lamentin en Martinique !

SELECTIONS

Aucune sélection n'a eu lieu cette saison.

MAITRES

15 nageurs de plus de 25 ans ont pris part aux **six compétitions** de la catégorie "maîtres" de la saison : ARMATOL Adrian, BALDI Guillaume, BARGUIL Frédéric, BENJAMIN Anthony, BLAIN Pascal, BLANC Mathieu, BONNET Anaïs, BRECHU Adrien, DIEUAIDE Lenaick, HAQUIN Maximilien, JOUFFRET Sebastien, MONIER Florian, MOUREZ Romain, REBOUL Gaëtan, SAVINEAU Marc.

Anaïs Bonnet était présente aux championnats de France hiver en bassin de 25m. Par contre pas de France en bassin de 50m été cette saison

EAU-LIBRE

Partie développée par Jean-Louis Guiraud

AQUAGYM & NATATION ADULTE

61 nageurs participent régulièrement aux trois cours d'Aquagym hebdomadaires dispensés par Laura Joseph et Manuel Fert. On compte sur eux pour redynamiser cette activité qui est en perte de vitesse depuis quelques années.



93 Nageurs participent régulièrement aux cinq séances de natations hebdomadaires dispensés par Maximilien Haquin et Adrian Armatol. Nouveauté cette année les deux séances matinales de 7h à 8h30.

8 futurs nageurs adultes, c'est la deuxième année avec le groupe Aquaphobie grand débutant du jeudi soir avec Maximilien Haquin et Laura Joseph.

En début d'année civile, l'apéritif réservé aux adultes est toujours une vraie réussite !

RECORDS DU CLUB

99 records du club, 38 en bassin de 25m et 61 en bassin de 50m ont été battus par 6 nageurs : Garance Armatol – Suzon Armatol – Louna Candelon – Clément Estran – Ambre Glandu – Tristan Granjon.

99 records du club !

Activités club

SPORT'ZAP EN PARTENARIAT AVEC L'AGGLO

A l'occasion de la première semaine des vacances de la Toussaint, le club a participé au Sport'zap à destination d'enfants extérieur au club sachant nager pour découvrir la natation sous toutes ses formes (course, water-polo, synchro etc...) animé par Lénaïck Dieuaide. Il n'y a pas eu un grand nombre d'enfants, pour la saison prochaine le club va se concentrer sur ses adhérents avec un stage à destination des enfants du groupe Ecole de Compétition pour préparer les Challenges Avenir.

MINI-STAGE ECOLE DE COMPETITION

Sur la seconde semaine, les nageurs du groupe Ecole de Compétition ont pu participer à des séances le matin encadrées par Lénaïck Dieuaide. Petit stage très utile à développer sur les saisons à venir.

PLAN "J'APPRENDS A NAGER" ET "AISANCE AQUATIQUE"

Le club a mis en place sept sessions du plan interministériel "j'apprends à nager" et "Aisance Aquatique". Au total ce sont 81 enfants de quatre à douze ans qui ont pu en bénéficier sur les vacances d'hiver, de printemps et d'été. Malgré la crise sanitaire, quatre sessions ont pu être organisées pendant les vacances d'été...

NUIT DE L'EAU 2020

La nuit de l'eau à malheureusement été annulée, rendez-vous en 2021 !



STAGE A L'EXTERIEUR

Seize nageurs : ESTRAN Clément, GRANJON Tristan, CHAMLI-OGHLI Amjad, MEDAGHRI-ALAOUI Ahmed, FARDIN Axel, BOUF Timothee, DAOUDI Anwar, ARMATOL Suzon, DURAND Noemie, JACQUIER Lisy, GLANDU Ambre, KEROUACHE Ambrine, ARMATOL Garance, BOUF Zelie, ARMATOL Albane, DIEUAIDE Yaelle. des élite, dept. et espoirs 2 ont été sélectionnés pour participer au stage "intensif" d'entraînement à Calella à une heure au nord de Barcelone. Maximilien et Adrian, ont profité de ce temps de travail pour faire des séances d'entraînements faisant la part belle à la technique de nage, mais aussi des séances plus physiologiques. Une grosse place a été également laissée au travail à sec, c'est-à-dire au travail en dehors de l'eau avec des séquences de préparation physique générale, d'étirement et de relaxation. Une belle semaine avec aussi des temps plus ludiques au bord de la mer, sur la plage, avec des sports collectifs mais aussi le mercredi après-midi où tout le monde a participé à une session de Laser Combat en plein air. Au final une superbe semaine avec des nageurs fatigués mais enchantés de l'ambiance et du travail accompli.

Malheureusement les effets du stage n'ont pas pu être concrétisés, le confinement est arrivé juste après et les nageurs ont participé à aucune compétition après celui-ci.

FORMATION

Yelan Plancot et Nadege Marmorato ont passé leur diplôme d'état du B.P.J.E.P.S.-A.A.N (maître-nageur) à Lyon et était stagiaire chez nous. Yélan a validé son diplôme et pas de nouvelle de Nadège depuis le confinement. Ugo Martin a obtenu son D.E. entraîneur natation course.

Albane Armatol et Chléa Magnin ont validé leur Brevet Fédéral 1 avec l'ERFAN.

CDD POUR LAURA ET UGO

Grâce à la dynamique du CA nous avons mis en place deux CDD de 12 heures pour Laura Joseph et Ugo Martin à partir de janvier 2020. C'était une réussite jusqu'au confinement.

OFFICIELS

Aujourd'hui le club compte une vingtaine d'officiels. Notre responsable a géré cette saison de très belle manière la répartition des officielles sur les différentes rencontres, cette très bonne organisation sera je l'espère conservée pour la saison prochaine. Rejoignez le rang des officiels. La natation a besoin de jury.

MEETING DE MONTEILIMAR



Pas de vingtième Meeting de Montélimar, qui était de niveau national... Ce n'est que partie remise pour Juillet 2021.

Remerciements

Un merci tout particulier à Sébastien Jouffret pour cette deuxième année de présidence, à Karine Estran et Sandrine Desmas pour leur investissement sans faille, à Franck Glandu pour ses heures passées à gérer les comptes, à tous les membres qui sont bénévoles et ne comptent pas leurs heures de travail au sein du club.

Un grand merci aux nageurs et à leurs parents qui les laissent pratiquer leur sport favori dans les meilleures conditions.

Un merci particulier à Clément Estran qui nage cette année sous les couleurs du CN Avignon, c'est un regret qu'il quitte le club, mais il trouvera à Avignon des conditions que nous ne sommes pas encore capable d'offrir à Montélimar.

Un autre merci particulier à Louna Candelon et sa famille, car bien que nageant à Font-Romeu (au Pôle France maintenant !) elle reste au club et on espère qu'elle va remporter ses premiers titres nationaux cette saison !

A l'Agglo de Montélimar, la ville de Montélimar, les partenaires, les officiels, éducateurs et intervenants.

Intervenants : Ilham Akkouh, Franck Arnaud, Patrice Bazile, Aurélie Castan, P.A. Collin, Lénaïck Dieuaide, Karine Estran, David Faure, Manu Fert, Lou Granjon, Laura Joseph, Ugo Martin, Yelan Plancot, Laura Joseph

Aquagym : Manu et Laura

Assistants & Stagiaires : Albane Armatol, Anna Diot, Yaëlle Dieuaide, Clément Estran, Tibo Fombonne, Axel Heudes, Chléa Magnin et Nadège Marmorato.



EN BREF, LES 20 POINTS CLES DE LA SAISON !

1. Une saison qui s'est arrêté en mars...
2. 748 adhérents.
3. 1^{er} club Drôme-Ardèche depuis 2016 au classement national des clubs FFN.
4. 2^{ème} Drôme-Ardèche en dames & messieurs aux interclubs T.C.
5. Les deux équipe première dames et messieurs niveau N2
6. 1 nageuse qualifiée au France Elite (Louna Candelon)
7. 1 Nageuse retenue au pôle France de Font-Romeu (Louna !)
8. 2 nageuses dans le top 5 de leur année (Garance & Louna)
9. 1 Nageuse 6^{ème} Française au 200m dos T.C. (Louna)
10. 107^{ème} club français, 13^{ème} de la ligue AURA et 5^{ème} de DS.
11. 28 compétitions dans 19 villes différentes.
12. 87 nageurs diplômés de l'E.N.F.
13. 110 nageurs en compétitions officielles.
14. 18 nageurs au niveau régional (Ligue AURA)
15. 18 nageurs au niveau national (Meetings et France)
16. Le M.N.C présent sur 1 championnats de France
17. 8 participations à des meetings
18. 99 records du club améliorés.
19. 16 nageurs en stage à Calella.
20. 32 séances de Visio PPG