

NATATION COURSE

Journées d'Automne – BOURGES les 20 et 21 octobre

ACB

35 nageurs de l'Aquatic Club de Bourges sur les plots de départ !

La journée d'automne est toujours la première compétition de la saison, elle permet à l'ACB de faire une revue d'effectif, aux nageurs de prendre leurs premiers repères en situation d'adversité et aux entraîneurs de découvrir le comportement des nageurs de leur groupe surtout pour les nouveaux. Ainsi, 35 nageurs Berruyers ont pris part à ce week-end de compétition. Alors que l'effectif a légèrement baissé par rapport aux années précédentes (14 de moins), le profil de la délégation berruyère a changé en se rajeunissant quelques peu. Chez les filles on peut noter la participation de 2 jeunes, 5 juniors 1, 5 juniors 2 et seulement 4 séniors pour un total de 16 compétitrices. Les 19 garçons étaient répartis de la manière suivante : 5 jeunes, 7 juniors 1, 5 juniors 2 et seulement 2 Séniors.

Si l'on peut retenir le sans-fautes de victoires des filles sur 17 épreuves, on notera tout de même les 15 triplets 100% ACB. Seules la 2ème et 3ème place du 1500 NL et la 3ème place du 100 Dos échappent aux berruyères. Chez les Messieurs, on compte 14 victoires dont 3 triplets. C'est **Alexandre Mouilley** qui remporte le plus d'épreuves (11), devant **Alicia Corn** (6), **Bérangère Ferron** (4), **Amélia Muliakaaka** et **Sarah Georges** (3). Les autres titres sont l'oeuvre de **Anaïs Jarraud** (1500 NL), **Johan Boscher** (800 NL), **Clément Charpiot** (50 Pap) et **Alexis Guy** (100 Dos).

Sans parler de performances, de belles choses et de belles attitudes ont pu être observées chez la plupart des nageurs et ce malgré l'enchaînement des courses (certains ont fait la quasi-totalité du programme) et la période de travail impliquant des volumes importants.

Place aux vacances et aux stages pour la plupart des sections de l'ACB avant les Interclubs du 11 Novembre.

CNMG

La journée d'automne, première compétition de l'année, s'est déroulée le week-end du 20 et 21 octobre à Bourges

Le CNMG s'est déplacé avec un grand nombre de nageurs (21) sur un total de 70 nageurs sur l'ensemble de la compétition.

Les participants: BIDON-PARARD Ninon, DIANCOURT Samuel, LEOEUF Martin, LEOEUF Simon, PACE Tahina, PACE Timeo, PARAYRE Maxime, PAYEN Noémie, ROUX Louis, WITEK Marine, BIDON Louna, CHOLLET Maelle, CHOLLET Anaïs, COSENZA Valerio, LEBRETON Grégoire, LEBRETON JUSTIN, LIVACHE Erine, PALAVERT Ninon, BOURDUCHE Alexis, FERDOILLE David et SORIN Grégoire le nouveau Germinoïsi qui participait à sa première compétition.



Le but de cette journée était de renouer avec la compétition. Les nageurs ont réalisé un grand nombre de courses sur l'ensemble de la rencontre, le but étant de nager un maximum et de se servir de cette compétition comme entraînement pour connaître la forme des nageurs. Cela fut assez clair : les nageurs ne furent pas très performants pendant la compétition. La piscine de ST Germain étant fermée pour travaux, le nombre d'entraînement a été diminué par rapport à ce que les nageurs connaissent d'habitude, ce qui peut en partie expliquer cela. Mais d'autres points sont également à revoir.

Le club du CNMG remercie fortement le club de L'ACB pour son aide afin que nos nageurs puissent nager sur leurs créneaux pendant la fermeture de notre piscine.

Ce n'est que la première compétition de l'année, les rencontres importantes par rapport à la saison 2017-2018 sont plus tardives, ce qui laisse le temps à la préparation et au travail pour pouvoir être réellement performant sur ces futures rencontres.

CNF

Reprise de la saison pour 8 nageurs du CNF aux journées d'automne qui ont eu lieu à Bourges.

Cette compétition permet aux nageurs de retrouver des sensations de nage après la longue trêve estivale. Une découverte pour Eva Gangnard qui réalise ses premiers chronos en compétition sur 50 brasse et 50 dos.

Nolan Ge encore en catégorie jeune se rapproche de ses meilleurs performances sur 400nl, 50dos et 50br.



Les meilleurs résultats du WE:

Maëlle Chaillot : 4ème au 100nl, 7ème au 400nl, 7ème au 200pap, 4ème au 200 4n.

Léa Gillet : 8ème au 200nl, 6ème au 100dos, 6ème au 50brasse, 5ème au 100brasse, 3ème au 200brasse.

Audrey Goblet : 10ème au 100pap.

Laure Paumelin : 8ème au 800nl, 7ème au 100dos, 10ème au 200 4n.

Marie Prunier : 7ème au 50nl, 6ème au 100nl, 7ème au 200nl, 3ème au 100dos, 4ème au 200dos, 5ème au 200 4n.

Matthieu Léon : 4ème au 100nl, 9ème au 400nl, 5ème au 800nl, 6ème au 200pap, 8ème au 200 4n.

Prochain Rdv les interclubs départementaux le 11 Novembre à Bourges.

ESAN

Ce weekend s'est déroulée la 1^{ère} compétition de la saison pour le club d'Aubigny sur Nère. Cette compétition de reprise devait servir aux entraîneurs et aux nageurs pour voir où ils en sont dans leur préparation avant les championnats départementaux dans 1mois à St Germain qui permettront de se qualifier aux championnats Régionaux.

5 nageurs étaient présents à Bourges pour nager le plus vite possible malgré des séances d'entraînements intenses depuis la rentrée, et ils ont réussi des performances très intéressantes pour un début de saison car ils ont tous réussi à améliorer au moins une meilleure performance.

Commençons par Léa PACTON (2004) qui réalise une superbe performance sur 100 Dos en améliorant son précédent record de plus de 2secondes ! Elle réalise le chrono de 1.18, ce qui la rapproche du temps régional et lui permet de finir 4^{ème} de la compétition tout âge confondus.

Autres belles performances lors de ce weekend pour Marie Léa BAILLY (2006) qui améliore 2 records perso sur 50 Papillon de plus d'1sec en 38.37 et sur 200 4N en 3.07 ce qui descend son record de 8secondes. Des performances très intéressantes avant une saison qui le sera également avec plusieurs objectifs élevés pour cette demoiselle.

Emilienne H'MIDI (2005) et Flavie HUET (2001) ne sont pas en restent en améliorant toute les 2 leurs records sur 50 papillon et également des performances intéressantes sur leur 2 autres courses.

Enfin, Clément AGEORGES (1999) réalise un très bon 100 Brasse en 1.29 sur une nage qui ne lui convient pas d'habitude.

Une très bonne première compétition qui en appelle beaucoup d'autre cette saison.

[Tous les résultats](#)