

**PROGRESSION ET NIVEAUX
DES NAGEURS DU CLUB DE NATATION D'ÉTÉ - SAISON 2019**

(voir contenu des tests page suivante)

Nom & Prénom	Nageur	Nageur	Nageur	Nageur	Nageur	Nageur
	Débutant	Moyen	Confirmé	Complet	Sportif	Sauveteur
	à*					
ARFEUILLERE Cécile	48 ans	48 ans	48 ans			
ARGUEYROLLES Gabin	6 ans	6 ans	9 ans			
AUBERT Léna	6 ans	6 ans	7 ans	8 ans	9 ans	10 ans
BADOUR Julia	6 ans	7 ans	8 ans	9 ans		
BAUR Charlotte	8 ans	8 ans	8 ans	9 ans	10 ans	
BAUR Margot	10 ans	10 ans	10 ans	11 ans	12 ans	
BONNET Léa	10 ans	10 ans	11 ans	12 ans	13 ans	13 ans
BORDEZ Clémence	7 ans	7 ans	8 ans			
BORDEZ Marylise	15 ans	15 ans	15 ans			
BOUSSENGAR Naël	7 ans	7 ans	8 ans			
BUTAUD Pascale	46 ans	46 ans	46 ans	46 ans		
BUTAUD Romane	17 ans	17 ans	17 ans	17 ans		
CASSAGNES Théo	6 ans	7 ans	8 ans	9 ans	10 ans	10 ans
COQUILLARD Alexis	10 ans	10 ans	11 ans	11 ans	12 ans	12 ans
COQUILLARD Lucie	8 ans	8 ans	9 ans			
CUEILLE Louis	10 ans	10 ans	10 ans	10 ans		
DABERTRAND Anthony	8 ans	8 ans				
DE SOUSA Lucas	8 ans	8 ans	9 ans			
DUCROS Lauriane	7 ans	10 ans	10 ans			
DUMAS Mendy	14 ans	16 ans				
EYROLLES Emmanuelle	46 ans	46 ans	46 ans	46 ans	48 ans	
FELLA Serge	62 ans	62 ans	62 ans	62 ans	63 ans	
GALON Laurence	39 ans	39 ans	39 ans			
GARDELLE Nicolas	6 ans	6 ans	8 ans			
GUIBOUT Antoine	10 ans	10 ans	11 ans			
JUIN-GALON Elliott	10 ans	10 ans	10 ans			
LAGRANEIRIE Elsa	7 ans	7 ans	8 ans	9 ans		
LAYAC Dimitri	8 ans	9 ans	12 ans			
LUNEAU-BOTTIANI Angéline	8 ans	8 ans	9 ans	11 ans	12 ans	12 ans
PERRIOT Marie France	43 ans	43 ans	43 ans	44 ans		
PESTOUR Yves	30 ans	30 ans	30 ans			
POUGET-CACAULT Edouard	7 ans	7 ans	8 ans			
RIBEYROTTE Maëlys	7 ans	7 ans	9 ans			
ROUHER-COUTAL Anthonin	7 ans	7 ans	8 ans			
ROUHER-COUTAL Eymeric	8 ans	8 ans	9 ans			
SIMON Mathys	7 ans	7 ans	8 ans	9 ans	11 ans	
SUCHE Marie-Cécile	35 ans	35 ans	35 ans			
VALARCHER Jacques	10 ans	10 ans	11 ans	11 ans	12 ans	12 ans
VALARCHER Pierre	11 ans	11 ans	12 ans	12 ans	13 ans	13 ans
VENTAJA Jean	13 ans	14 ans				

* âge dans l'année en cours

NAGEUR DEBUTANT

- Sauter dans le grand bain et nager 25 m en brasse.
- Ramasser un objet à 2 m de profondeur en descendant le long d'une perche.

NAGEUR MOYEN

- Plonger du bord de l'eau et nager 100 m en « brasse coulée ».

NAGEUR CONFIRME

- Nager 1000 m en « brasse coulée ».
- Nager 100 m en dos crawlé.
- Plonger du bord de la piscine et ramasser un objet placé à 5 m du bord et à 2 m de profondeur.

NAGEUR COMPLET

- Nager 1000 m en dos crawlé.
- Nager 100 m en crawl.
- Effectuer un plongeon en canard et ramasser un objet placé à 2 m de profondeur puis le remorquer durant 25 m en rétropédalage.

NAGEUR SPORTIF

- Nager 1000 en crawl.
- Plonger du bord et nager 200 m 4 nages.
- Remorquer une personne de la même taille que le candidat durant 25 m en rétropédalage sans que le visage du « noyé » ne soit immergé.

NAGEUR SAUVETEUR

- Nager 2000 m en crawl avec culbutes.
- Nager 400 m 4 nages avec virages réglementaires.
- Remorquer une personne de la même taille que le candidat durant 50 m en rétropédalage sans que le visage du « noyé » ne soit immergé.

Participation des nageurs aux entraînements et performances.

Le classement d'assiduité ci-contre et les performances des nageurs qui apparaissent dans les pages suivantes sont intimement liés.

En effet, les performances chronométriques et les performances d'endurance (réalisées lors de la fête nautique) ne sont que le reflet de l'assiduité des nageurs aux entraînements et de leur implication.

Il n'y a pas de hasard en natation !

Comme l'été dernier, les nageurs du Club avaient la possibilité d'améliorer leur technique lors des cours de perfectionnement « du dimanche soir » et de suivre les programmes d'entraînement proposés durant les 4 matinées d'ouverture au public et de s'entraîner en plus dans la ou les lignes d'eau mise à la disposition des usagers...

Pour progresser en natation (surtout lorsque la pratique n'est qu'estivale), on doit idéalement nager de façon quotidienne !

On améliore ainsi sa condition physique et sa technique (à condition de s'appliquer ...) et on prend alors du plaisir à nager.

La carte d'abonnement mise en place par la municipalité depuis 2016, qui permet un accès illimité à la piscine, favorise cette pratique régulière de la natation.

Cette année encore, la participation des nageurs aux entraînements a encore progressé et (par voie de conséquence) ; le niveau des nageurs a aussi progressé tant en endurance qu'en vitesse.

Je m'en réjouis bien sûr !

Les performances chronométriques et les performances d'endurance doivent logiquement être améliorées à la fin de chaque saison d'été ...

Nouveauté à partir de cette année, le total des performances chronométriques (illustrant les capacités d'un nageur à « s'exprimer » dans toutes les nages) est dorénavant calculé et affiché.

**CLASSEMENT D'ASSIDUITE DES NAGEURS
AUX ENTRAINEMENTS DURANT L'ÉTÉ 2019***

N°	Nom & Prénom	Nombre entraînements effectués	N°	Nom & Prénom	Nombre entraînements effectués
1	COQUILLARD Lucie	57	21	VALARCHER Pierre	18
2	FELLA Serge	54	21	VALARCHER Jacques	18
3	COQUILLARD Alexis	46	22	SUCHE Marie Cécile	17
4	CASSAGNES Théo	45	22	JUIN-GALON Eliot	17
5	AUBERT Léna	41	23	GUIBOUT Antoine	16
5	AUBERT Nelly	41	24	ARFEUILLERE Cécile	15
5	BONNET Léa	41	25	DABERTRAND Anthony	14
6	PESTOUR Yves	40	26	BAUR Margot	13
7	CUEILLE Louis	38	26	BAUR Charlotte	13
8	EYROLLES Emmanuelle	36	27	RIBEYROTTE Maëlys	12
8	RIVIERE Audrey	36			
9	LUNEAU-BOTTIANI Angéline	35			
9	ROUHER-COUTAL Anthonin	35			
9	ROUHER-COUTAL Eymeric	35			
10	DUCROS Lauriane	31			
11	BADOUR Julia	29			
11	BOUSSENGAR Naël	29			
12	BORDEZ Clémence	27			
13	POUGET-CACAULT Edouard	26			
14	LAGRANEIRIE Elsa	25			
14	SIMON Mathys	25			
15	BUTAUD Pascale	24			
16	BORDEZ Marylise	23			
16	LAYAC Dimitri	23			
17	PERRIOT Marie France	22			
17	VENTAJA Jean	22			
18	BUTAUD Romane	21			
19	DE SOUSA Lucas	20			
20	ARGUEYROLLES Gabin	19			
20	GARDELLE Nicolas	19			
20	GALON Laurence	19			
21	DUMAS Mendy	18			

* Décompte provisoire arrêté à la date de réalisation de la brochure mais les activités continuent jusqu'à la fin de l'été

CLUB DE NATATION D'ETE, SAISON 2019

Nageur de 8 ans



Naël BOUSSENGAR et Edouard POUGET-CACAULT

PERFORMANCES DES NAGEUSES DE 8 ANS*

Noms & Prénoms	50 crawl	100 brasse	100 4 nages	Total chronos	Distance totale Fête Nautique	Distance CRAWL Fête Nautique ⁽¹⁾	Distance BRASSE Fête Nautique ⁽¹⁾	Nombre d'entraîne- ments ⁽²⁾
BADOUR Julia	1,32'	3,28'	4,12'	9,12'	3350 m	1000 m	2350 m	15
BAUR Charlotte	1,56'	3,28'			2050 m	500 m	1550 m	8
BORDEZ Clémence	1,04'	2,32'	2,43	6,19'	3500 m	50 m	3450 m	31
LAGRANEIRIE Elsa	1,46'	3,31'	3,38'	8,55'	2250 m	100 m	2150 m	28

PERFORMANCES DES NAGEURS DE 8 ANS*

Noms & Prénoms	50 crawl	100 brasse	100 4 nages	Total chronos	Distance totale Fête Nautique	Distance CRAWL Fête Nautique ⁽¹⁾	Distance BRASSE Fête Nautique ⁽¹⁾	Nombre d'entraîne- ments ⁽²⁾
BOUSSENGAR Naël	1,29'	3,17'						29
CASSAGNES Théo	1,28'	2,49'	3,34'	7,51'	5350 m	2100 m	3250 m	16
GARDELLE Nicolas	1,22'	3,13'	3,15'	7,50'	4050 m	950 m	3100 m	15
POUGET-CACAULT Edouard	1,26'	2,53'			1150 m	300 m	850 m	26
ROUHER-COUTAL Anthonin	1,12'	2,49'	3,00'	7,01'	4200 m	1000 m	3200 m	17

* Dans l'année en cours

(1) Distance nagée durant l'épreuve d'endurance (2 heures) de la Fête Nautique

(2) Nombre total d'entraînements effectués durant l'été correspondant

CLUB DE NATATION D'ETE, SAISON 2019

Nageuses et nageurs de 9 ans



**Gabin ARGUEYROLLES, Lucie COQUILLARD, Clémence BORDEZ et
Maelys RIBEYROTTE**



Anthony DABERTRAND, Elsa LAGRANEIRIE et Nicolas GARDELLE

PERFORMANCES DES NAGEUSES DE 9 ANS*

Noms & Prénoms	50 crawl	100 brasse	100 4 nages	Total chronos	Distance totale Fête Nautique	Distance CRAWL Fête Nautique ⁽¹⁾	Distance BRASSE Fête Nautique ⁽¹⁾	Nombre d'entraîne- ments ⁽²⁾
BADOUR Julia	1,10'	2,51'	3,15'	7,16'	1550 m	750 m	800 m	28
BAUR Charlotte	1,14'	2,32'	3,04'	6,50'	4700 m	1300 m	3400 m	12
BORDEZ Clémence	0,51'	2,19'	2,09'	5,19'	4700 m	1050 m		27
COQUILLARD Lucie	1,11'	2,40'	3,01'	6,52'	3750 m	1500 m	2250 m	57
LAGRANEIRIE Elsa	1,28'	3,02'	3,36'	8,06'	1000 m	200 m	800 m	25
LUNEAU-BOTTIANI Angéline	1,16'	2,48'			3900 m	600 m	3300 m	10
SIMON Anaïs	1,31'	3,30'			2500 m	1100 m	1400 m	20

PERFORMANCES DES NAGEURS DE 9 ANS*

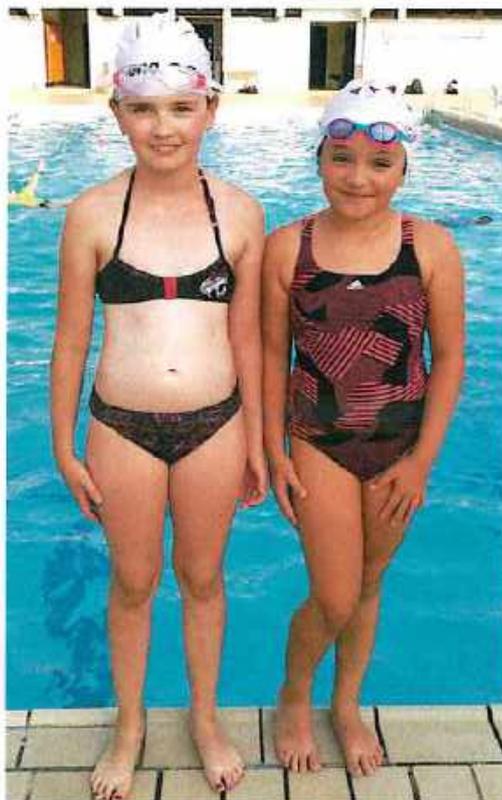
Noms & Prénoms	50 crawl	100 brasse	100 4 nages	Total chronos	Distance totale Fête Nautique	Distance CRAWL Fête Nautique ⁽¹⁾	Distance BRASSE Fête Nautique ⁽¹⁾	Nombre d'entraîne- ments ⁽²⁾
ARGUEYROLLES Gabin					1850 m	350 m	1500 m	19
CASSAGNES Théo	0,51'	2,27'	2,22'	5,40'	7400 m	4300 m	3100 m	30
DABERTRAND Anthony	2,01'	3,54'	5,12'	11,07'	3250 m	500 m	2750 m	14
DE SOUSA Lucas	1,29'	2,54'			3000 m	1000 m	2000 m	20
FREYSSAC Nathan	1,10'	2,40'			800 m	250 m	550 m	5
GARDELLE Nicolas	1,12'	3,02'	2,46'	7,00'	2700 m	1550 m	1150 m	19
ROUHER-COUTAL Anthonin	0,52'	2,24'	2,20'	5,36'	6750 m	3500 m	3250 m	39
ROUHER-COUTAL Eymeric	1,25'	2,46'			3075 m	75 m	3000 m	14
SIMON Mathys	1,13'	3,11'	3,49'	8,13'	4150 m	1000 m	3150 m	12

* Dans l'année en cours

(1) Distance nagée durant l'épreuve d'endurance (2 heures) de la Fête Nautique

(2) Nombre total d'entraînements effectués durant l'été correspondant

CLUB DE NATATION D'ETE, SAISON 2019
Nageuses et nageurs de 10 ans



Lauriane DUCROS et Julia BADOUR



Anthonin ROUHER-COUTAL et Théo CASSAGNES

PERFORMANCES DES NAGEUSES DE 10 ANS*

Noms & Prénoms	50 crawl	100 brasse	100 4 nages	Total chronos	Distance totale Fête Nautique	Distance CRAWL Fête Nautique ⁽¹⁾	Distance BRASSE Fête Nautique ⁽¹⁾	Nombre d'entraîne- ments ⁽²⁾
BADOUR Julia	0,59'	2,41'	2,30'	6,10'				29
BAUR Charlotte	1,07'	2,32'	2,30'	6,19'	5000 m	1700 m	3300 m	12
BAUR Margot	1,16'	2,32'			4500 m	1250 m	3250 m	8
DUCROS Lauriane	1,35'	3,05'	4,06'	8,46'	3400 m	100 m	3 300 m	31
LUNEAU-BOTTIANI Angéline	1,04'	2,30'	2,45'	6,19'	7150 m	3700 m	3450 m	17
MAZET Anna	1,23'	3,01'			3300 m	1000 m	2300 m	12
VINGADASSAMY Salomé	1,17'	2,31'	3,07'	6,55'				5

PERFORMANCES DES NAGEURS DE 10 ANS*

Noms & Prénoms	50 crawl	100 brasse	100 4 nages	Total chronos	Distance totale Fête Nautique	Distance CRAWL Fête Nautique ⁽¹⁾	Distance BRASSE Fête Nautique ⁽¹⁾	Nombre d'entraîne- ments ⁽²⁾
BREUIL-NEIGE Carl	1,01'	2,33'			4250 m	2250 m	2000 m	12
CASSAGNES Théo	0,41'	2,09'	1,55'	4,45'	9550 m	5300 m	4250 m	45
CUEILLE Louis	1,00'	2,33'	2,33'	6,06'	7450 m	3900 m	3550 m	65
FABRE-FELIX Timothé	1,40'	3,45'	4,00'	9,25'	3550 m	50 m	3500 m	17
JUIN-GALON Elliott	1,12'	2,37'						17
LAYAC Dimitri	1,23'	3,42'	3,50'	8,55'				9
ROUHER-COUTAL Anthonin	0,47'	2,28'	2,18'	5,33'	7750 m	4250 m	3500 m	35
ROUHER-COUTAL Eymeric	1,04'	2,39'	2,55'	6,38'	4100 m	3050 m	1050 m	17
SIMON Mathys	1,10'	2,53'	3,05'	7,08'	6900 m	3350 m	3550 m	22

* Dans l'année en cours

(1) Distance nagée durant l'épreuve d'endurance (2 heures) de la Fête Nautique

(2) Nombre total d'entraînements effectués durant l'été correspondant

CLUB DE NATATION D'ETE, SAISON 2019
Nageuses et nageurs de 11 ans



Charlotte BAUR



Louis CUEILLE



Antoine GUIBOUT et Mathys SIMON

PERFORMANCES DES NAGEUSES DE 11 ANS*

Noms & Prénoms	50 crawl	100 brasse	100 4 nages	Total chronos	Distance totale Fête Nautique	Distance CRAWL Fête Nautique ⁽¹⁾	Distance BRASSE Fête Nautique ⁽¹⁾	Nombre d'entraî- nements ⁽²⁾
BAUR Charlotte	1,01'	2,21'	2,22'	5,44'				13
BAUR Margot	0,58'	2,23'	2,33'	5,54'	7450 m	3850 m	3600 m	11
BONNET Léa	1,21'	3,06'	2,56'	7,23'	3550 m	200 m	3350 m	14
CAILLAT Louise	1,21'	2,31'	3,13'	7,05'				15
CREMOUX Elsa	1,08'	2,43'	2,49'	6,40'				4
MEANTSCHUNG Tséring	0,58'	2,36'	2,44'	6,18'				5
PETIT Juliette	1,06'	2,56'	2,43'	6,45'				11
LUNEAU-BOTTIANI Angéline	0,57'	2,35'	2,35'	6,07'				11

PERFORMANCES DES NAGEURS DE 11 ANS*

Noms & Prénoms	50 crawl	100 brasse	100 4 nages	Total chronos	Distance totale Fête Nautique	Distance CRAWL Fête Nautique ⁽¹⁾	Distance BRASSE Fête Nautique ⁽¹⁾	Nombre d'entraî- nements ⁽²⁾
ARGUEYROLLES Mathys	1,10'	2,32'						4
BREUIL-NEIGE Carl	0,48'	2,28'	2,20'	5,36'				8
COQUILLARD Alexis	1,00'	2,17'	2,26'	5,43'	8200 m	4100 m	4100 m	55
CUEILLE Louis					8100 m	4300 m	3800 m	38
GUIBOUT Antoine	1,02'	2,38'	2,36'	6,16'	7400 m	3900 m	3500 m	16
LAYAC Dimitri	1,08'	2,54'	3,00'	7,02'	2200 m	200 m	2000 m	40
MAZEN Antoine	1,40'	3,43'						4
MORANGE Mathéo	1,15'	2,36'						7
RIBEYROTTE Cyprien	1,16'	2,49'	3,28'	7,33'				5
ROUHER-COUTAL Eymeric	1,02'	2,35'	3,09'	6,46'	3350 m	1750 m	1600 m	30
SIMON Mathys	0,55'	2,36'	2,15'	5,46'	8150 m	4300 m	3850 m	25
VALARCHER Jacques	0,49'	2,13'	2,18'	5,20'				29

* Dans l'année en cours

- (1) Distance nagée durant l'épreuve d'endurance (2 heures) de la Fête Nautique
 (2) Nombre total d'entraînements effectués durant l'été correspondant

CLUB DE NATATION D'ETE, SAISON 2019
Nageuses et nageurs de 12 ans



Jacques VALARCHER et Alexis COQUILLARD



**Angéline LUNEAU-BOTTIANI, Eymeric ROUHER-COUTAL
et Dimitri LAYAC**

PERFORMANCES DES NAGEUSES DE 12 ANS*

Noms & Prénoms	50 crawl	100 brasse	100 4 nages	Total chronos	Distance totale Fête Nautique	Distance CRAWL Fête Nautique ⁽¹⁾	Distance BRASSE Fête Nautique ⁽¹⁾	Nombre d'entraîne- ments ⁽²⁾
AUBERT Léna	0,42'	1,59'	1,49'	4,30'	9450 m	5150 m	4300 m	30
BAUR Margot	0,55'	2,11'	2,12'	5,31'	7900 m	4100 m	3800 m	13
BONNET Léa	0,51'	2,27'	2,23'	5,41'	5400 m	4200 m	1200 m	15
CREMOUX Elsa	0,56'	2,23'	2,38'	5,57'				6
LUNEAU-BOTTIANI Angéline	0,50'	2,16'	2,08'	5,14'	7800 m	4250 m	3 550 m	35
MAZET Gaëlle	0,48'	2,04'	2,06'	4,58'	5000 m	2500 m	2500 m	12
MEANTSCHUNG Tséring	0,47'	2,10'	2,05'	5,02'	8700 m	4350 m	4350 m	16

PERFORMANCES DES NAGEURS DE 12 ANS*

Noms & Prénoms	50 crawl	100 brasse	100 4 na- ges	Total chronos	Distance totale Fête Nautique	Distance CRAWL Fête Nautique ⁽¹⁾	Distance BRASSE Fête Nautique ⁽¹⁾	Nombre d'entraîne- ments ⁽²⁾
BOURLANGE Mathieu	1,21'	2,30'						14
COQUILLARD Alexis	0,43'	2,01'	2,00'	4,44'	9050 m	4850 m	4200 m	46
LAYAC Dimitri	1,12'	2,49'	3,01'	7,02'	4850 m	1550 m	3300 m	23
MAUREAU Clément	1,18'	3,00'						1
MONMOUTON Thomas	1,11'	2,24'	2,59'	6,34'				5
ROUHER-COUTAL Eymeric	0,47'	2,21'	2,13'	5,21'	2900 m	2000 m	900 m	35
VALARCHER Jacques	0,39'	2,04'	1,46'	4,29'				18
VALARCHER Pierre	0,51'	2,14'	2,16'	5,21'				29

* Dans l'année en cours

(1) Distance nagée durant l'épreuve d'endurance (2 heures) de la Fête Nautique

(2) Nombre total d'entraînements effectués durant l'été correspondant