

1000 m en papillon !

Après Léna AUBERT, Nelly AUBERT et Mendy DUMAS qui a respectivement 14 ans, 52 ans et 16 ans ont nagé 1000 m en papillon en 2017, c'est Léa BONNET (13 ans) et Jean VENTAJA (14 ans) et qui ont réalisé cette performance exceptionnelle cet été !

Nager 1000 m en papillon est en effet une performance hors norme qui nécessite, outre une très bonne technique ; une parfaite condition physique et une volonté de fer !



Léa BONNET (13 ans)

1000 m en papillon le Mardi 14 Août 2018 !

Léa est un « pur produit » de la piscine de Pleaux.

Elle y a appris à nager en 2015 et a participé aux séances du Mini club.



Par la suite, elle s'y est perfectionnée chaque été, a intégré le Club en 2016 et s'y est entraînée très régulièrement et (enfin !) plus intensément cette année ...

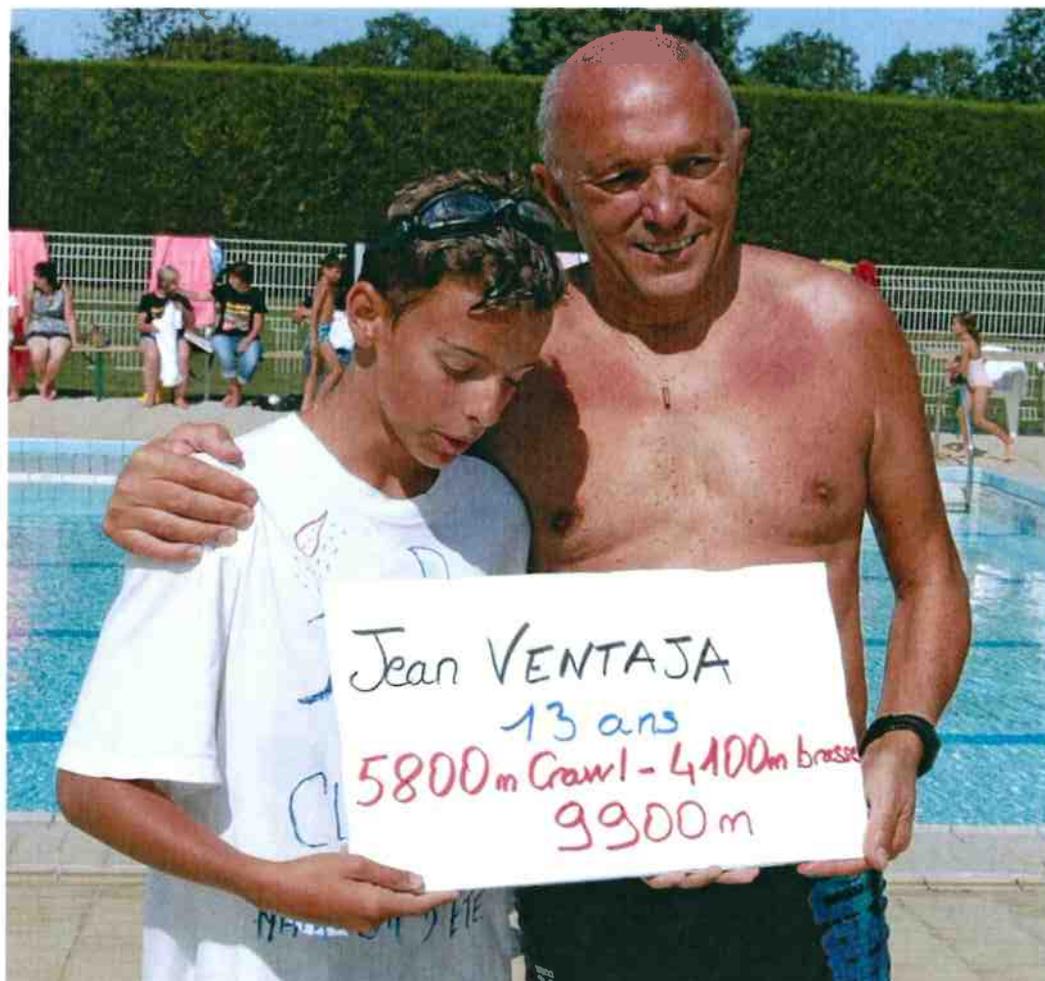
Jean VENTAJA est, quant à lui, un compétiteur dans l'âme.



Jean VENTAJA (14 ans)

1000 m en papillon le Dimanche 29 Juillet 2018 !

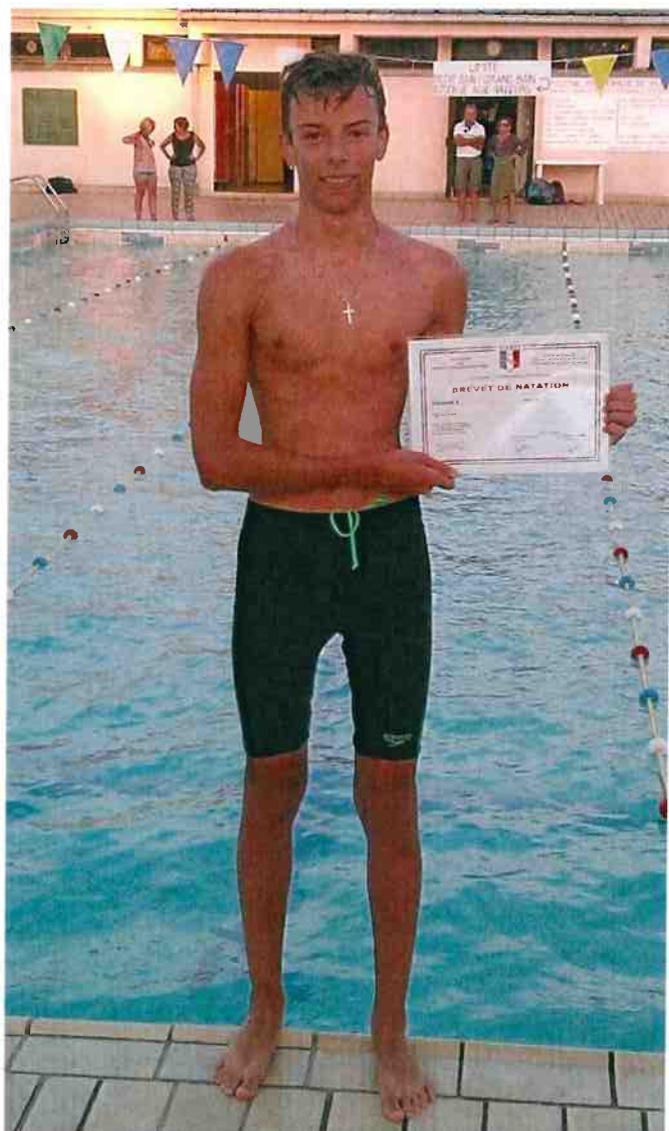
Il est le petit fils de Serge FELLA qui a su lui transmettre goût de l'effort ...



Léa et Jean aiment tant à nager vite (bons chronos réalisés ou records établis sur 50 m crawl, 100 m 4 nages et 100 m brasse) que nager longtemps (4 heures de natation et records établis lors des épreuves d'endurance de la fête nautique).

Nager 1000 m en papillon était pour eux un nouveau défi qu'ils ont su relever avec brio !

Il y sont parvenu devant les membres du club et leurs parents venus assister à cette performance.



Ce fut comme l'année dernière l'occasion de passer ensuite à chaque fois un bon moment de convivialité entre nageurs et parents à l'occasion d'un « apéritif dinatoire ».

Très assidu aux entraînements, Léa et Jean ont également passé le niveau « nageur sauveteur » et peuvent envisager (comme Léna et Mendy) le passage dans quelques années du diplôme de sauveteur aquatique (BNSSA) et avoir ainsi un emploi assuré chaque été...

Enfin de jeunes nageurs Pleaudiens !

Après Julia Badour qui, depuis qu'elle a appris à nager en 2015, n'a jamais cessé de se perfectionner et de progresser chaque été (1000 m en dos crawlé, niveau « nageur complet » et bons « chronos » réalisés cet année !), je suis heureux cette année de voir (enfin !) deux jeunes garçons résidant à Pleaux prendre goût à la natation et à l'effort !



Il s'agit d'Alexis COQUILLARD et de Louis CUEILLE, qui après s'être perfectionnés, ont intégré le Club et se sont entraînés très régulièrement durant tout l'été.

Très volontaires tous les deux, ils ont toujours été très assidus aux cours « du dimanche soir » et n'ont jamais « rechigné » à effectuer de « petits programmes d'entraînement » proposés durant les heures d'ouverture au public.

Ils ont ainsi bien progressé et assimilé d'une manière durable les techniques de nage apprises précédemment.

Leurs performances d'endurance réalisées lors de la Fête nautique sont le reflet de leur assiduité et de leur volonté :

7450 m dont 3900 m en crawl et 3550 m en brasse pour Louis !

8200 m dont 4100 m en crawl et 4100 en brasse pour Alexis !

Ils ont eux aussi passé et réussi les niveaux « nageur confirmé » et « nageur complet » et réalisé des performances chronométriques intéressantes sur 50 m en crawl, 100 m 4 nages et 100 m brasse.

Ils devront, bien sûr, prolonger et intensifier l'activité chaque été pour continuer à progresser et confirmer les « espoirs placés en eux » et se rapprocher du niveau des meilleurs nageurs du club (Jean, Léna et Mendy).

Si j'ai pu permettre à ces deux enfants de progresser et de leur donner « l'envie d'avoir envie », il ne faut pas négliger le rôle capital de leurs parents et entourage familial qui ont également « poussé » dans ce sens (je pense en particulier à Emmanuelle EYROLLES, la tante de Louis, qui a su l'encourager et le remotiver quand cela s'avérait nécessaire ...)

ILS ONT APPRIS A NAGER A LA PISCINE DE PLEAUX EN 2018 ET ONT NAGE 1000 M (OU PLUS) EN BRASSE *

A 7 ans (fin de Cours préparatoire) :

BARON Chloé (St Privat) 2400 m (App)
POUGET-CACAULT Edouard (Auriac-Corrèze) 1000 m (App)

A 8 ans (fin de CE1) :

COQUILLARD Lucie (Pleaux) 2050 m (App)
DABERTRAND Anthony (Cros de Montvert) 1200 m (App)
MEILHAC Jordan (St Cirgues la loutre) 1100 m (App)
LAYAC Maxence (Escorailles) 1350 m (App)
RIBEYROTTE Maelys (Pleaux) 1000 m (Perf)
SIMON Anaïs (Chaussenac) 1000 m (Perf)
VIAUD Nathan (Pleaux) 1000 m (Perf)

A 9 ans (fin de CE2) :

CHAVAROCHE Laura (Le Vigean) 3050 m (App)
COL Célia (Pleaux) 1000 m (Perf)
CONNAN-FAUGERON Vincent (Loupiac) 1000 m (App)
MONMOTON Clémence (Pleaux) 1000 m (Perf)

A 10 ans (fin de CM1) :

CUEILLE Louis (Pleaux) 3550 m (Perf)
GUIBOUT Antoine (Pleaux) 3600 m (Perf)
MERIGOT Rémi (Pleaux) 1000 m (Perf)

A 12 ans :

GOUVY Basile (Pleaux) 1000 m (Perf)
PIAULT François (Ally) 1000 m (App)

A 13 ans :

DOIREAU Marie (Pleaux) 1000 m (Perf)

ADULTES

BAUR Emmanuel (Pleaux) 4200 m à 43 ans (Pleaux)
DIAZ Valérie (Pleaux) 1000 m à 46 ans (Perf)
LAYGUES Valérie (Brageac) 1000 m à 49 ans (Perf)
MERIGOT Christian (Pleaux) 1000 m à 50 ans (Perf)
PERRIOT Marie France (Tourniac) 1000 m à 43 (Perf)
VAUR-DUMAS Evelyne (Ally) 2900 m à 61 ans (Perf)
VERMEEREN Jacques (St Cirgues la Loutre) 2550 m à 66 ans (Perf)

* Première longue distance nagée après leçons d'apprentissage (App) ou de perfectionnement (Perf). Age dans l'année en cours.



Quelques dictons et proverbes pour réfléchir ou sourire ...

« Savoir nager ; c'est se sentir Australien. »
(Devise des nageurs Australiens)

« Si vous nagez dans le bonheur ;
restez au vous avez pied ! »

« Il y a plus de courage que de talent
dans la plupart des réussites. »
(Félix Leclerc)

« Pour ceux qui aiment bien aller sous l'eau mais qui
n'aiment pas l'eau, le mieux c'est le sous-marin. »
(Brèves de comptoir)

« Ce n'est pas parce que les choses sont difficiles
que nous n'osons pas
mais parce que nous n'osons pas
qu'elles sont difficiles. »
(Sénèque)

« Continue de nager en chlore et en chlore. »

« Quand je suis dans l'eau, j'ai des idées
mais quand je suis sorti ; je sèche. »

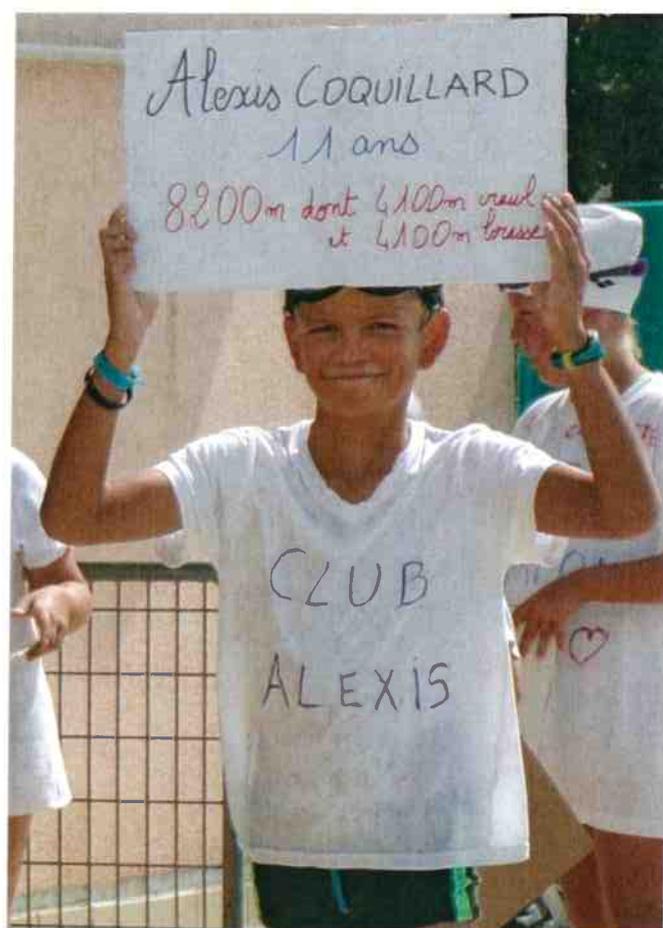
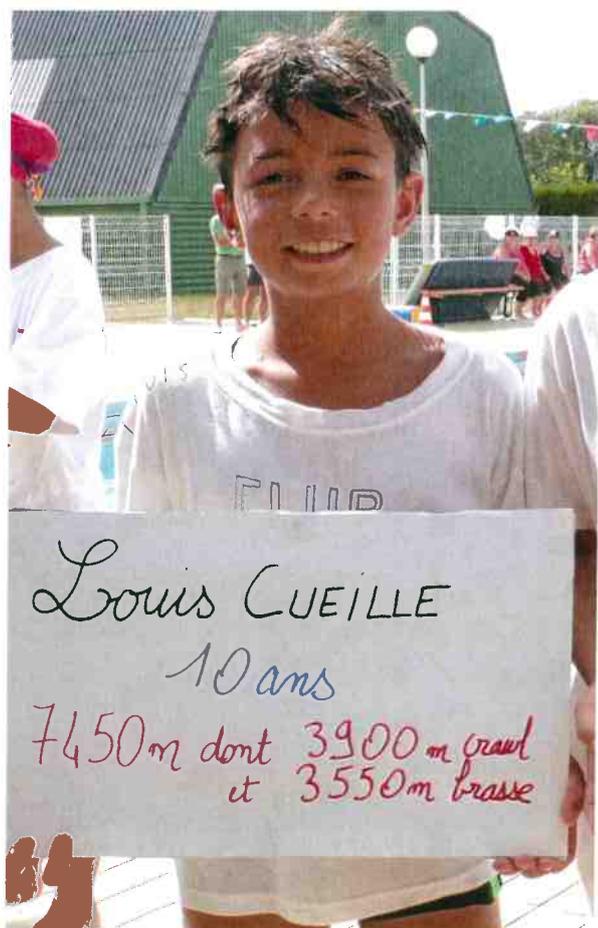
« Chaque minute en Amazonie, on déboise
l'équivalent de 60 terrains de football.
C'est idiot, il n'y aura jamais assez de joueurs ! »
(Philippe Geluck)

« Quand j'ai envie de faire du sport,
je m'allonge et j'attends que cela passe. »
(Winston Churchill)

« A un moment sur mon chemin,
j'ai rencontré le sport.
Un mec physique, un peu grande gueule
mais auprès de qui tu deviens fort.
Pour des raisons techniques
on a dû se quitter, c'était dur.
Mais finalement, c'est bien comme ça,
pis le sport, ça donne des courbatures. »
(Grand corps malade)

« Le bonheur n'est pas au bout du chemin,
le bonheur ; c'est le chemin »

Les deux nageurs de l'été ...



Louis CUEILLE, 10 ans

Perfectionnement en 2018 : 1000 en brasse, dos crawlé et crawl.

7450 m à la fête nautique : 3900 en crawl + 3800 en brasse !

Meilleurs chronos réalisés dans sa catégorie d'âge.

59 participations aux cours et entraînements cet été !

Alexis COQUILLARD, 11 ans

Apprentissage en 2017 : 3000 m brasse à la fête nautique.

Perfectionnement en 2018 : 1000 m en dos crawlé et crawl.

8200 m à la fête nautique : 4100 en crawl + 4100 en brasse !

50 participations aux cours et entraînements cet été !

Bravo Louis et bravo Alexis ! Le travail paye toujours !