

## **CHAMPIONNATS NAT.II HIVER A ISTRES BASSIN de 25 M. Sur 8 lignes d'eau**

**DU 17/12 AU 20/12/15.**

Plus de 600 nageurs (274 filles et 335 garçons), qualifiés pour ce dernier rendez vous de la saison en petit bassin.

Un format avec 7 demies journées, une de plus que les saisons passées, ceci afin d'alléger la durée de chaque réunion. Avec les séries le matin et les finales À et B toutes catégories, ainsi qu'une finale minime pour l'après-midi sur les 50, 100 et 200, classement aux temps pour les 400,800 et 1500.

Côté LAURENTIN 8 nageurs présents; 3 d'entre eux c'étaient déjà qualifiés suite à leurs résultats obtenus la saison passée (Fabien, Hugo, Lucas), et allaient s'aligner sur un programme étoffé avec respectivement 8,8 et 6 épreuves, leur niveau inter-régional acquis permettant une total liberté sur le nombre et le choix des épreuves.

Ce qui n'était pas le cas pour 5 d'entre eux, issus des qualifications suite aux championnats régionaux et qualifiés sur une épreuve (Louise, Méline, Ethan et Loïc) ou trois (Ugo) contraint de s'aligner sur là ou les mêmes épreuves plus une, pour lesquelles ils s'étaient qualifiés.

Les objectifs pour cette dernière échéance en petit bassin, étaient relativement simples, décrocher sa qualification pour les Nat.II hiver qui se dérouleront à St. Raphaël en 50 M. Quant à l'accès aux finales minimales le niveau à atteindre est bien plus élevé que les temps de qualification pour les NAT!! , et seul un ou deux minimales deuxième année étaient en capacité d'y parvenir.

### **Jeudi 17 : Programme 400 NL**

Engagés : Fabien et Lucas

Ce 400 était tout aussi important pour l'un comme pour l'autre, même si les raisons différaient !

Fabien se devait de faire oublier son 400 d' Antibes assez peu convainquant.  
Et Lucas avait à cœur de décrocher sa qualification pour les Nat.II d'hiver en 50 M.

4'46" Pour Fabien le premier à s élancer , à deux secondes des qualif. Mais un tout autre 400 par rapport au 4'54" des régionaux.

4'34" pour Lucas qui réussit brillamment à se qualifier en améliorant son meilleur temps de plus de 6".

Une excellente entrée en matière pour ce début de compétition avec deux meilleurs chronos et une qualification pour les Nat.II grand bain.

## Vendredi 18/12: Séries

Programme: 50 NL (Louise, Lucas, Fabien, Hugo)

200 dos (Meline, Hugo)

100 Br (Ethan, Ugo, Hugo)

100 Pap (Lucas)

Vendredi 50 NL	Record perso.	Temps réalisé	Temps de qualif.
Louise	30"48	29"72	29"78
Fabien	28"65	27"56	27"44
Lucas	28"85	28"28	26"85
Hugo	27"11	27"10	26"85
Vendredi 200 D	Record perso.	Temps réalisé	Temps de qualif.
Meline	2'40"24	2'38"94	2'38"34
Fabien	2'28"35	2'24"09	2'30"31
Hugo	2'19"49	2'20"94	2'27"05
Vendredi 100 B	Record perso.	Temps réalisé	Temps de qualif.
Ugo	1'18"27	1'18"82	1'16"39
Ethan	1'21"91	1'18"91	1'14"73
Hugo	1'16"88	1'12"83	1'14"73
Vendredi 100 P	Record perso.	Temps réalisé	Temps de qualif.
Lucas	1'10"27	1'07"38	1'05"29

Une deuxième réunion à la hauteur de la première, avec Louise qui parvient à se qualifier sur le 50 NL, Fabien sur le 200 Dos avec un excellent chrono ainsi qu'Hugo malgré une course assez mal négociée.

Ce dernier va très vite faire oublier ses bévues du 200 Dos pour réaliser un super temps au 100 Br et s'offrir une place en finale minime.

## Vendredi 18/12: Finales

Programme 100 Br. Hugo MAZEAU

Vendredi 100 B	Temps série	Temps finale	Place
Hugo	1'12"83	1'12"38	5eme

## Samedi 19/12: Séries

**Programme 400 4/n (Lucas)-100 dos ( Meline, Fabien, Hugo)-200 Br ( Ugo)- 200 NL ( Fabien, Loic, Lucas, Hugo)**

Samedi 400 4/n	Meilleur temps	Temps réalisé	Temps de qualif.
Lucas	5'23"01	5'07"29	5'16"33
<b>Samedi 100 D</b>	Meilleur temps	Temps réalisé	Temps de qualif.
Meline	1'14"61	1'13"47	1'13"91
Fabien	1'08"44	1'07"29	1'08"86
Hugo	1'05"31	1'05"30	1'07"37
<b>Samedi 200 Br</b>	Meilleur temps	Temps réalisé	Temps de qualif.
Ugo	2'51"03	2'51"21	2'45"46
<b>Samedi 200 NL</b>	Meilleur temps	Temps réalisé	Temps de qualif.
Fabien	2'17"96	2'12"32	2'14"02
Lucas	2'10"42	2'09"37	2'11"11
Hugo	2'16"27	2'09"29	2'11"11
Loic	2'12"59	2'08"55	2'11"11

## Samedi 18/12: Finales

**Programme : pas de finaliste cet après-midi**, Hugo termine à la 10ème place minimales à 31 centièmes du dernier qualifié!

Le bilan de cette journée est néanmoins très positif, puisque hormis le 200 brasse d'Ugo, tous les acteurs de cette journée réalisent leurs meilleures performances et de bien belle manière pour la majorité d'entre eux. Qui plus est, Meline et Loic viennent s'ajouter au groupe des qualifiés pour les Nat.II grand-bain. Excellente journée pour nos nageurs(es) donc.

**Dimanche 20 décembre : séries****Programme: 50 dos (Fabien, Hugo)- 50 Br. ( Fabien, Ugo, Ethan, Hugo,**

<b>Dimanche 50 D</b>	<b>Meilleur temps</b>	<b>Temps réalisé</b>	<b>Temps de qualif.</b>
<b>Fabien</b>	34"81	31"4	31"96
<b>Hugo</b>	30"81	30"52	31"27
<b>Dimanche 50 B</b>	<b>Meilleur temps</b>	<b>Temps réalisé</b>	<b>Temps de qualif.</b>
<b>Ugo</b>	36"76	35"66	34"96
<b>Fabien</b>	37"44	36"07	34"96
<b>Ethan</b>	36"2	35"74	34"2
<b>Loic</b>	35"79	35"29	34"2
<b>Hugo</b>	35"11	33"85	34"2
<b>Dimanche 200 4/n</b>	<b>Meilleur temps</b>	<b>Temps réalisé</b>	<b>Temps de qualif.</b>
<b>Ugo</b>	3'04"14	2'39"78	2'31"82
<b>Lucas</b>	2'26"95	2'25"27	2'28"53
<b>Hugo</b>	2'25"25	2'25"79	2'28"53
<b>Dimanche 100</b>	<b>Meilleur temps</b>	<b>Temps réalisé</b>	<b>Temps de qualif.</b>
<b>Louise</b>	1'05"27	1'05"33	1'04"9
<b>Fabien</b>	1'04"16	1'01"17	1'00"55

**Loic) - 200 4/n ( Lucas, Ugo, Hugo) - 100 NL (Louise, Fabien)**

Le bilan de cette matinée reste sur une excellente dynamique, même si aucuns nageurs malheureusement ne se sont rajoutés à la liste des qualifiés, ils ont donnés le maximum d'eux même améliorant leurs temps, aucuns regrets donc. Place à présent à notre finaliste du week-end, Hugo qui aura brillamment permis au club de pointer ses couleurs l'après-midi.

**Dimanche 20/12: Finales****Programme 50 Br. Hugo MAZEAU**

<b>Dimanche 50 B</b>	<b>Temps série</b>	<b>Temps finale</b>	<b>Place</b>
<b>Hugo</b>	33"85	33"22	5eme

**Bilan global de ces inter-région extrêmement positif, avec une dynamique de groupe orienté sur la performance avec un comportement irréprochable et des résultats au rendez-vous. Nos huit nageurs(es) qualifiés étaient engagés sur un total de 34 épreuves, 27 ont été améliorées par l'ensemble de nos représentants, et la plupart de manière significatives, avec des chronos de niveau national pour Fabien.**

**Six nageurs parviennent à se qualifier pour les Nat II grand-bassin (Louise, Meline, Hugo, Loic, Lucas et Fabien).**

**Deux finales à l'actif d'Hugo qui confirme ses excellent résultats des régionaux.**

**Et un niveau inter-régional qui ne cesse de se densifier de saison en saison !**

**D'excellentes fêtes à tous**

**Sportivement**

**Éric**