



### Repas du club 7 avril 2017

Une trentaine de nageurs et leurs conjoints se sont réunis autour d'un repas convivial le vendredi 7 avril 2017 au restaurant « Ma Mijot ». Ce fut l'occasion de récompenser le coach Titi pour son dévouement au sein du club. Même notre mascotte « Ouille » était présente. A vous de la trouver...



### Une nageuse et un bénévole à l'honneur

Cécile Leblanc a été nommée sportif méritant de l'année 2016 au titre des vétérans/masters par le conseil départemental de la Mayenne. En effet, elle est devenue en 2016 double championne de France master sur le 1500 m nage libre et le 400m 4 nages et elle a obtenu la médaille d'argent au 200m papillon, à Canet-en-Roussillon en juin 2016.

Elle a donc reçu un magnifique trophée, une sculpture représentant une nageuse.

Elle est également nommée au titre des ambassadeurs sportifs de la Ville de Laval. Vous pouvez visualiser le reportage qui a été fait le jeudi 16 mars à la piscine sur le site du club.

Les résultats seront proclamés **le jeudi 18 mai** au théâtre de Laval.



A cette occasion, l'ancien président du Lac, Didier Tiriau sera également récompensé en l'honneur des sportifs, dirigeants, juges arbitres, entraîneurs ou bénévoles lavallois qui ont beaucoup œuvré au sein de l'association.

### Sauvetage

De janvier à avril, des séances de sauvetage ont été animées par Titi, le coach. Une dizaine de personnes ont pu s'initier à la technique du rétropédalage, du remorquage, de l'apnée, l'objectif étant de pouvoir sortir une personne en difficulté de l'eau.



## Le calendrier de fin de saison

- 20-21/05/2017** : Meeting de Nantes  
**21/05/2017** : Départementaux été masters – **Laval 50m**  
*Cette compétition est accessible à tous. Votre participation permet d'acquérir des points pour le club.*  
**28/05/2017** : Régionaux été masters – Angers  
**03/06/2017** : **5ème Meeting du LAC – Laval 50m**  
**29/06-02/07/2017** : Championnats de France masters – Vichy  
**07/08-20/08/2017** : Championnats du monde – Budapest, Hongrie  
*Alison go go !*



## Dates à retenir

**Samedi 17 juin 2017** : fête du LAC à Saint Jean sur Mayenne : après-midi festive familiale autour des jeux de boules, palets, moly, balade le long du halage... suivi d'un apéritif et d'un barbecue. Les modalités de cette journée vous seront données ultérieurement.

**Dimanche 3 septembre 2017** : forum des associations à la salle polyvalente de Laval de 10h à 18h. Le club sera présent.

## Retour sur les compétitions passées

Depuis la reprise après les fêtes de fin d'année, nos compétiteurs ont participé à 8 compétitions, dont 3 championnats avec celui de l'Orne, l'interclub interrégional à St Lô et le championnat régional à Saint Brévin. Voici un récapitulatif de la participation.

- 8 janvier - Master perf de Laval : 14 nageurs.  
15 janvier - Championnat de l'Orne : 2 nageurs (normands), 6 titres individuels.  
29 janvier - Interclub de l'Ouest Saint Lô : 1 équipe de 10 nageurs dont 4 nageuses. 6ème place après avoir mené pendant la matinée.  
4 février - Meeting Alençon : 9 nageurs. 29 titres et 10 records du meeting. L'équipe des filles remporte la coupe des relais.  
5 mars - Championnat régional de Saint Brévin : 8 nageurs. Un titre individuel, une deuxième place et un titre en relais.  
5 mars - Meeting de Caen : 1 nageur (normand). Victoire au trophée des 100 m.  
8-9 avril - Meeting de Saumur : 11 nageurs. Bredouilles à cause du groupement par 3 catégories.  
16 avril - Meeting de Saint Malo (avec du soleil !) : 5 nageurs. 8 titres individuels.



## 5ème Meeting du LAC



Le samedi 3 juin, le LAC organise son 5ème meeting national. Des épreuves individuelles et des relais rythmeront la journée sous le soleil.

Nous attendons environ 150 nageurs de 35 à 40 clubs qui se disputeront les différents trophées mis en jeu.

Nous comptons sur la participation de tous, bénévoles, officiels et nageurs, pour la réussite de cette journée.

Un article sera publié sur le journal Laval La Ville de mai-juin.

## Félicitations à Manu !

Un nageur du LAC : Manu a obtenu avec succès son BNSSA (brevet national de sécurité et de sauvetage aquatique).

Il souhaite maintenant passer l'examen de sélection pour suivre la formation BPJEPS activités de la natation (brevet professionnel de la jeunesse, de l'éducation populaire et des sports).



## Site du LAC

[www.laval-aquatique-club.fr/web/](http://www.laval-aquatique-club.fr/web/)

Equipe de rédaction : Isabelle Guichard, Cécile Leblanc, Rodolphe Leclerc