



VOILAC

N°28 – Mai 2022



Du renfort au LAC

Depuis ce début de saison, le LAC a accueilli 3 mainoligériens ultramotivés. Ils ont été de presque toutes les compétitions depuis le début de cette saison. Christophe Hamard, en C5, participe régulièrement aux compétitions internationales. Il revient à son meilleur niveau après de gros problèmes d'épaule. Franck Vinandy, en C6, est un spécialiste de la brasse et prend part aux séances de nos coachs. Le troisième, Jérôme Péju, est un dossiste C5.



Un nageur à l'honneur



Christophe a participé au Tunisian Open Masters qui s'est déroulé à Radès en Tunisie du 11 au 13 mai en bassin de 50 m.

Il a participé à 8 courses et remporté 8 médailles. Après une opération de l'épaule, il a quasiment récupéré tout son potentiel. Pour l'instant, il se contente de nager en crawl et en dos. Il devrait devenir opérationnel dans toutes les disciplines d'ici peu de temps.

Dernières compétitions...

De nombreuses compétitions se sont déroulées depuis le début de cette saison. Les nageurs profitent des conditions à nouveau normales d'organisation. Les points forts ont été l'interclub des jeunes le 11 novembre où notre équipe masculine était chargée de motiver les jeunes. Nous étions donc volontairement hors concours. Le championnat départemental hiver a mobilisé 26 nageurs qui ont remporté 9 titres individuels et 5 relais. Ils ont amélioré 5 records départementaux. Le master perf traditionnel du retour de fêtes a vu la participation de 18 nageurs du club qui ont amélioré 5 records du département et 3 records de la région avec Claude Boursset et Chantal Gougeon. Trois nageurs étaient présents au championnat régional à St Brévin là où nos mainoligériens Franck et Christophe ont obtenu respectivement l'argent et le bronze dans leur catégorie. Une seule équipe était présente à l'interclub régional à La Flèche. Elle a obtenu la 7ème place sur 16 équipes. Le championnat de France N1 et N2 se déroulant à Angers a permis une forte participation de 13 nageurs au total. Pas de podium pour les N1 malgré les places de 4 et 5 de Thierry Raynière qui revient progressivement en forme. Bernadette Doudet sauve l'honneur avec l'or au 50 brasse et l'argent au 100 brasse en catégorie C9 dans le championnat N2.



La consécration pour Bernadette

24 heures de natation : un véritable succès



Initialement prévu en 2020, ce projet initié par Wilfried, entraîneur du LAC, s'est déroulé le week end du 26 et 27 mars 2022.

Quatre équipes de 12 nageurs se sont relayés pendant 24 heures. Ils ont parcouru 277 kms.

En même temps, 97 personnes ont participé à des séances d'aquagym et d'aquabike.

Ainsi, 2037 euros ont été récoltés afin de financer les Ateliers de Myriam qui accompagnent les personnes atteintes d'un cancer. Un complément sera versé courant juin.

La manifestation a connu un grand succès au point de prévoir une seconde édition en 2023.

Les compétitions à venir

20-22 mai	Laval	Régionaux
20-22 mai	Laval	France N2
28-29 mai	Poissy	Meeting
11 juin	Laval	Meeting du LAC
23-26 juin	Mulhouse	France N1
25 août-4 septembre	Rome	Europe

Dates à retenir

Meeting du LAC le 11 juin

Retour du barbecue du LAC le 2 juillet

Après-midi récréative familiale. Chaque famille apporte une entrée ou un dessert et le LAC fournit l'apéro, les grillades et le vin.

Forum des associations le 4 septembre

Salle polyvalente à Laval

Meeting du LAC

Le club va organiser son 8ème meeting le samedi 11 juin après deux années d'interruption.

Pour la bonne réalisation de l'événement, nous faisons appel aux bénévoles.

Accueil des participants,
chronométrage,
chambre d'appel,
ramassage des fiches,
juges,
tenue de la buvette,
distribution des maillots et tickets de repas,
animation, musique et speaker,
photographies,
préparation des galettes-saucisses.

Pensez aussi à apporter des gâteaux.

Repas du club

Après deux années d'absence, le repas du club s'est déroulé au relais de la Malle en présence de 43 personnes.

Isabelle, lors de son discours, a remercié l'ensemble des membres du bureau pour le travail accompli durant toute l'année, les surveillants de bassin et les 3 entraîneurs. C'était également l'occasion d'offrir à chaque entraîneur, pour les remercier, leur repas ainsi qu'un sweat au couleur du LAC.

Merci également à tous les licenciés présents qui ont ainsi pu apprendre à mieux se connaître dans un environnement autre que celui de la piscine.



Rentrée saison 2022-2023

Pensez dès à présent à renouveler votre certificat médical s'il arrive à expiration.

Renseignements auprès de Christine Cochard.



Réactivation de facebook par Christelle Rouzière, membre du Lac / Fan du Laval Aquatique Club.

<https://www.facebook.com/search/top?q=fan%20du%20laval%20aquatique%20club>



Merci à Christelle