

SAINT-LEU  
Natation



*J'peux pas,  
j'ai piscine!*

Janv. 2020  
N° 3



**2019/2020, une rentrée  
sportive et active !**

## *SOMMAIRE*

- MOT DE ...
- LA VIE DU CLUB
- ACTUALITÉ SPORTIVE
- ACTUALITÉ DU CLUB

*SAVE THE DATE*

13 Juin 2020  
Fête du Club

# MOT de la PRÉSIDENTE

## BONNE ANNÉE 2020 !

Au nom du Conseil d'Administration de l'Étoile Saint-Leu Natation, je vous présente nos meilleurs vœux pour 2020. Que cette année soit pour vous source de bonheur, de prospérité et de réussite dans votre vie familiale, professionnelle et sportive.

En mon nom et pour le club, je souhaite :

- ★ à tous les compétiteurs une totale réussite,
- ★ à tous les enfants de l'école de natation, qu'ils continuent à apprendre dans l'effort et la bonne humeur,
- ★ à tous les adhérents qu'ils se fassent plaisir en pratiquant leur activité.

L'Étoile Saint-Leu Natation est une grande famille, riche de ses 570 adhérents, qui a su croître et prospérer au long de ses 47 ans d'existence pour que chacun puisse y trouver sa place, apporter sa pierre à l'édifice et que le plaisir du sport soit partagé par tous, dirigeants, bénévoles, entraîneurs et adhérents.

Donner un peu de soi à l'Étoile Saint-Leu Natation, c'est donner un peu de bonheur aux autres, petits et grands, c'est aussi une façon d'en recevoir...

Je vous souhaite une année associative pleine de succès, de joie, de rencontres et d'échanges.



Françoise BROCHOT  
Présidente

## LA VIE du Club

### DEVENIR ● «OFFICIEL(LE)»

Pour assurer le bon déroulement d'une compétition les officiels sont indispensables. Bénévoles, ils oeuvrent tous pour permettre à nos enfants de nager dans les meilleures conditions mais aussi, de pouvoir évoluer dans leur sport. En effet, sans officiel pas de compétition donc pas de validation des temps effectués et de fait il devient impossible d'évoluer dans les différents circuits proposés par la FFN.

#### Le saviez-vous ?

A chaque compétition et en fonction du nombre de nageurs engagés, votre Club doit présenter un nombre d'officiel. En cas de manquement, c'est l'amende !

#### Changer les choses...

Pour participer à la vie du Club et accompagner autrement vos enfants, vous pouvez, vous aussi devenir officiel. Il faudra simplement suivre une formation de deux demi-journées, répondre aux questions et le tour est joué... Fini les longues heures d'attente, vous deviendrez un acteur majeur de l'événement.

N'hésitez plus et contactez Rachida :



Tél : 01 34 18 01 07 07 - 07 66 03 95 87  
Mail : [info@etoile-saint-leu-natation.fr](mailto:info@etoile-saint-leu-natation.fr)  
Web : <http://www.etoile-saint-leu-natation.fr>

En cette rentrée 2019/2020, l'équipe de l'Étoile Saint-Leu Natation, ses entraîneurs et les bénévoles sont heureux de compter plus de 570 adhérents... Que ce soit en technique détente, école de natation, compétition ou aquagym/aquabike, tout le monde s'affère pour que vous passiez un bon moment... Bien entendu, il y a quelques règles à respecter comme : être à l'heure (pour l'entraînement ou pour venir chercher les enfants), ranger ses affaires convenablement pour les retrouver, se respecter les uns les autres pour que tout le monde puisse s'épanouir et se faire plaisir...

## Technique détente



Enfants, ados ou adultes peuvent s'inscrire dans un groupe technique détente. On y apprend les différentes techniques de nage mais sans objectif de préparation à la compétition. Les séances sont ludiques et les exercices variés afin que chacun puisse progresser à son rythme et découvrir aussi d'autres activités aquatiques... Inscription possible toute l'année !



## Aquagym/Aquabike



Pour tonifier son rythme cardio-vasculaire et renforcer son tonus musculaire, c'est idéal ! Plusieurs séances d'aquagym, aquabike sont proposées dans la semaine. Bonne ambiance assurée et inscription possible toute l'année ! Pour les plus courageux, choisissez le forfait Gym/Bike !



## École de Natation



Les nageurs commencent à apprendre les techniques de nage, se perfectionnent et se préparent tout doucement à la compétition avec le passage du sauv'nage et des différentes nages à valider lors du challenge avenir. Toute l'équipe sportive est heureuse de voir les enfants progresser à leur rythme.

Inscription possible toute l'année selon niveau...



## Compétition



La compétition, c'est un engagement. Les nageurs viennent à l'entraînement 3, 4 ou 5 séances par semaine selon les niveaux et participent à toutes les compétitions dès lors qu'il y a engagement... C'est intense mais c'est aussi l'occasion de tisser des liens forts. La compétition, c'est intergénérationnelle et tous défendent les couleurs du Club !

## Eau Libre



L'Eau libre a rencontré un franc succès, c'est pourquoi nous renouvelons l'aventure... Cette activité se pratique à l'étang des Éguerets de la base de Loisirs de Cergy. Ouverture des inscriptions courant janvier. Nombre de places limité.



**L'ÉQUIPE  
SPORTIVE...**

Un grand BRAVO à tous les entraîneurs, les bénévoles et autres salariés du Club pour ce superbe début de saison. Des plus petits au plus grands, les progrès sont flagrants et la bonne humeur toujours présente. J'espère que vous avez profité de ces fêtes pour faire le plein de bons moments et de vitamines car il nous reste une très belle saison à terminer. Encore BRAVO à tous et bonne année !



**Mattia**  
Responsable Sportif



**Didier**



**Philippe**



**Xavier**

**L'ÉQUIPE  
ACCUEIL &  
ADMINISTRATION**



**Amaury**



**Estelle**



**Timothée**



**Rachida**



**Dagmar**

**ACCUEIL  
DU SOIR**



**Eva**



**Jill**

**L'ÉQUIPE  
DES BÉNÉVOLES**

Le Club de l'Étoile Saint-leu Natation est une association Loi 1901. Les membres du bureau Directeur, les membres du conseil d'administration et les officiels sont tous bénévoles. Ils prennent de leur temps pour son bon fonctionnement !



**Amandine**



**Marie-Anne**

*Merci...*

## L'ASSEMBLEE ● GENERALE

L'assemblée générale s'est déroulée le mercredi 18 décembre 2019.

Les membres du conseil d'administration sont :

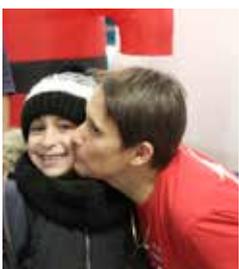
Ludivine ALLERON, Olivier BERT, Françoise BROCHOT, Christian BROCHOT, Greg CHALVIGNAC, Jean-Louis FURIC, Christine GALTIER, Anaïs HÉRAUD, Virginie LEFEBVRE, Xavier PEBORDE et Elisabeth PERRIER.

## Récompenses du Sauv'nage...

Pour marquer l'occasion, Didier a spécialement dessiné le diplôme des nageurs. Nul doute que tous les enfants le garderont précieusement ! Chaque nageur a été félicité pour sa réussite et les progrès réalisés depuis le début de l'année.



Photos disponibles dans la galerie du site web du Club !



## Journées «Portes ouvertes»

Deux journées «Portes ouvertes» sont organisées dans l'année. C'est l'occasion de voir les progrès réalisés par son enfant et d'échanger avec leur entraîneur... C'est un bon moment où tout le monde est content !



## POUR SUIVRE ● L'ACTUALITÉ DU CLUB



<https://www.etoile-saint-leu-natation.fr>

Sur notre site, vous retrouverez l'actualité du Club dans les articles publiés, mais aussi nos activités, l'agenda des événements clés, les contacts, les newsletters, les photos... Alors, connectez-vous !



Etoile Saint-Leu Natation

C'est l'actualité spontanée ! Un petit bonjour d'une compétition, une information, un moment de la séance de natation des nageurs...

À bientôt  
pour le prochain  
numéro !