



# Championnats de Belgique de Natation 2016

## Anvers, 29, 30 et 31 juillet 2016

### PRÉSENTATION

Les Championnats de Belgique des 15 ans et + se sont déroulés ces 29, 30 et 31 juillet à la piscine olympique du Wezenberg d'Anvers, sous les auspices de la Fédération royale belge de natation. Les classements sont établis par catégorie: 15-16 ans (01-00), 17-18 ans (99-98) et les 19 ans et +. 85 clubs étaient présents avec un total de 613 nageurs.



Une semaine après les jeunes, c'était au tour de 6 autres de nos nageurs d'affronter ce week-end les meilleurs nageurs du pays aux championnats de Belgique de natation des 15 ans et +.



*Florian, Damien H., Max, François, Lory et Marie E.,  
accompagnés de Philippe et Rémy*

Ils se sont préparés pendant tout le mois de juillet pour cette compétition qui clôture comme chaque année une belle et longue saison. L'objectif commun à tous était de réaliser de belles améliorations tout en prenant du plaisir! Le bilan est positif puisque des améliorations, il y en a eu avec, en cerise sur le gâteau, une médaille de bronze méritée gagnée par Florian en 400 4 nages!

**Bravo à eux!**

---

*"Si nous doutons de nos peurs au lieu de douter de nos rêves,  
imaginez tout ce qu'on pourrait accomplir" (Joel Brown)*

---



### Petit résumé, nageur par nageur ...

#### Lory

Lory peut être très satisfaite de sa première participation aux championnats de Belgique "chez les grands"! Souffrant d'une otite la semaine précédente, elle a malgré tout performé ce week-end puisque, sur 6 courses nagées, elle améliore 5 de ses chronos (notamment de 6 secondes au 400m 4 nages et de 3 secondes au 200m 4 nages!) et refait son temps d'inscription pour le 100m papillon! Voilà donc une expérience positive, à l'image de sa bonne saison, qui va lui donner la confiance nécessaire pour progresser davantage encore l'année prochaine! Félicitations!

**Voici ses résultats:** 50m dos: 36.55 (66<sup>e</sup>), 100m dos: 1:18.57 (64<sup>e</sup>), 100m papillon: 1:15.43 (35<sup>e</sup>), 200m papillon: 2:50.06 (26<sup>e</sup>), 200m 4 nages: 2:47.04 (47<sup>e</sup>) et 400m 4 nages: 5:53.89 (28<sup>e</sup>).



#### Marie E.

Bons résultats dans l'ensemble pour Marie E. également. Engagée dans toutes les courses en libre, elle s'est notamment distinguée lors du 800m libre pour lequel elle améliore son chrono de 8 secondes et se classe à une petite marche seulement du podium! Elle réalise aussi un bon 400m libre qui la classe en 10<sup>e</sup> position. De plus, elle améliore de pratiquement 1 seconde son 50m libre! Perfectionniste, elle aurait également voulu faire mieux pour le 100m et 200m libre mais cela n'entache en rien son excellente saison! Bravo!

**Voici ses résultats:** 50m libre: 28.67 (24<sup>e</sup>), 100m libre: 1:03.17 (35<sup>e</sup>), 200m libre: 2:15.60 (17<sup>e</sup>), 400m libre: 4:43.36 (10<sup>e</sup>) et 800m libre: 9:40.03 (4<sup>e</sup>).



#### Max

De l'ensemble du groupe, Max est sans nul doute le plus déçu par ses résultats qui ne reflètent pas son bon état de forme de cette saison. Il fait pourtant partie des nageurs les plus présents et travailleurs aux entraînements, n'hésitant pas à se lever tôt quand il le fallait... Mais le corps humain n'est pas une machine et il n'est pas toujours évident d'être au top le jour J... En natation, il faut autant de force mentale que physique! Max en a suffisamment pour rebondir et commencer la prochaine saison super-motivé! En attendant, bon repos bien mérité!

**Voici ses résultats:** 50m libre: 27.49 (57<sup>e</sup>), 100m libre: 59.32 (66<sup>e</sup>), 200m libre: 2:07.84 (39<sup>e</sup>), 100m brasse: 1:19.38 (46<sup>e</sup>), 200m brasse: 2:52.69 (33<sup>e</sup>), 200m 4 nages: 2:29.75 (disq.) et 400m 4 nages: 5:28.49 (27<sup>e</sup>).



### **Damien H.**

De la motivation, Damien en avait à revendre ce week-end. Engagé dans 8 courses, dont 4 "longues distances" (en considérant qu'un 200m papillon vaut bien un 400m libre), il a prouvé une fois encore qu'il est très endurant! il a notamment performé lors du 400m et 1500m libre (respectivement, 4 et 14 secondes de mieux) et du 400m 4 nages qu'il améliore de 7 secondes!! Il progresse également en 50m et 100m papillon et refait son temps en 50m libre! Ces résultats confirment sa grande forme des derniers mois et sont de bon augure pour la saison prochaine! Super!

**Voici ses résultats:** 50m papillon: 28.93 (48<sup>e</sup>), 100m papillon: 1:03.84 (30<sup>e</sup>), 200m papillon: 2:24.29 (16<sup>e</sup>), 50m libre: 26.82 (50<sup>e</sup>), 400m libre: 4:24.09 (13<sup>e</sup>), 1500m libre: 17:35.62 (8<sup>e</sup>), 200m 4 nages: 2:22.54 (25<sup>e</sup>) et 400m 4 nages: 5:00.89 (12<sup>e</sup>).



### **François**

Pour sa première participation à des championnats de Belgique, François s'est préparé en "mangeant" de la brasse pendant tout le mois de juillet! Toujours positif et souriant, il peut être fier de ses résultats puisqu'il améliore ses chronos d'un peu plus d'1 seconde en 50m et 200m brasse! Il refait également son temps d'inscription en 100m brasse. Résultats obtenus grâce à une meilleure régularité aux entraînements durant toute la saison... Cool!

**Voici ses résultats:** 50m brasse: 34.99 (31<sup>e</sup>), 100m brasse: 1:18.62 (40<sup>e</sup>) et 200m brasse: 2:50.35 (27<sup>e</sup>).



### **Florian**

Pour ses derniers championnats de Belgique, Florian avait la ferme intention de prendre sa revanche sur la médaille loupée pour 1 centième de seconde l'année dernière... Une médaille aux championnats nationaux, c'est la seule récompense qui manquait à son palmarès bien étoffé... Il espérait l'obtenir lors du 1500m libre le samedi mais a finalement dû patienter jusqu'au 400 4 nages le dimanche pour enfin monter sur la 3<sup>e</sup> marche du podium! Une médaille amplement méritée au vu de sa magnifique carrière, exemplaire tant dans ses performances sportives que dans son attitude dans et autour des bassins. De plus, il se classe 5<sup>e</sup> en 50m et 200m papillon! Félicitations à toi Florian et merci de nous avoir fait vibrer aussi souvent!

**Voici ses résultats:** 50m papillon: 26.02 (5<sup>e</sup>), 100m papillon: 58.37 (6<sup>e</sup>), 200m papillon: 2:13.85 (5<sup>e</sup>), 50m libre: 25.31 (15<sup>e</sup>), 1500m libre: 17:35.35 (7<sup>e</sup>), 200m 4 nages: 2:14.39 (6<sup>e</sup>) et 400m 4 nages: 4:49.72 (3<sup>e</sup>).



Florian aux côtés de Dries Meskens (1<sup>er</sup>) et Lucas Dal (2<sup>e</sup>). Bravo!!

