



Le bassin de Laval a fait le plein le week-end dernier à l'occasion des championnats de France de Nationale 2. Avec 2010 engagements pour 548 nageurs, il ne fallait pas être timide à l'heure de l'échauffement pour trouver une place dans une ligne d'eau. Se faire une place, c'est exactement ce que le jeune nageur Noah Fleury (EN Caen) a réussi à réaliser...

Les principaux clubs de la région avaient répondu présents, avec plus ou moins de nageurs qualifiés pour participer à ces championnats N2, la grille de temps afin d'espérer pouvoir participer étant d'année en année de plus en plus sélective pour les nageurs. Les minimas donnent le ton sur la difficulté de concourir à l'événement. Les Marsouins d'Hérouville étaient représentés par deux athlètes. Une parité respectée avec Quentin Pellegrini et Clémence Pille. Le Club Olympique de Bayeux était représenté par une seule et unique nageuse, Justine Lebon, alors qu'une pensionnaire de l'E.N Caen, Pauline Dauvin (2000) affichait les couleurs du CN Coutances avec la particularité d'être sous l'œil de son entraîneur caennais, mais aussi de celui de Maëlle Lochu, la coach de son club.

Benoit Loisel et Mathias Faride avaient pour leur part une « écurie » plus étoffée, avec pas moins de 13 nageurs pour 56 engagements, tous arborant le bonnet de l'Entente Nautique Caennaise.

### **Noah Fleury, 15 ans et des promesses**

Irrésistible jeunesse, autant le dire tout de suite, c'est une très bonne surprise à Laval que Noah

## Plusieurs podiums pour les nageurs bas-normands

Écrit par Guillaume Marie

Mercredi, 15 Juillet 2015 22:24

---

Fleury, poisson-pilote de l'EN Caen a offert à son club (en photo ci-dessus avec son entraîneur Benoît Loisel). Il faut souligner que la concurrence était bien présente, c'est avec talent que les résultats ont été obtenus. Sans pression excessive, Noah a fait preuve de maîtrise. Benoit Loisel nous donne une toute petite partie de son analyse du week-end sur la performance du nageur : « **Ce week-end, il a passé un nouveau cap. Il intègre enfin la stratégie dans sa performance. Jusqu'à présent, ses performances étaient mal construites, faites simplement d'énergie et de sensation. Ce qui lui a permis de passer un cap ce week-end n'est pas tant son état de forme que la construction intelligente de sa performance. C'est là qu'il a été fort.** »

*Nous avons profité de l'occasion pour poser trois questions à Noah Fleury :*

### Sport à Caen : Les N2 étaient-ils un objectif sur ton calendrier ?

*Noah Fleury* : Les N2 n'étaient pas l'objectif de l'année – je me concentre plus sur les France – mais ils m'ont permis de mettre en place des consignes techniques, travaillées avec l'entraîneur Benoît Loisel.

### Visais-tu un podium avant de partir ?

J'espérais faire une première place sur le 400 et le 200, et un podium sur le 100 et le 800. Objectifs du week-end plus que réussis.

### J'imagine que tu es plutôt satisfait de ton week-end ? Tu peux nous dire ton état d'esprit, comment tu te sentais physiquement ?

Je suis content de mon week-end, d'avoir réussi à obtenir une quatrième qualification aux France et de réaliser un des deux temps qu'il faut accomplir pour être de séries nationales. Ces résultats me redonnent confiance pour les France car malgré une grosse progression de tous mes temps, je n'étais pas préparé physiquement pour cette compétition. Benoît préférait me préparer pour les France deux semaines plus tard. Je continue donc de m'entraîner dur pour encore progresser dans deux semaines à Agen.

Noah Fleury rentre ainsi des N2 avec un 400nl dans un temps de 4:14.86 et un titre en finale C pour le 200nl en 2:01.71 (nl: nage libre)

## Les nageurs de l'EN Caen sur le podium

Nicolas Wille avait bien fait le déplacement, mais avec d'autres échéances en tête, plutôt en deçà de ses capacités. Chronométriquement décevant, son 400 (4:13.54) le place premier certes... mais d'une finale B. Il reste dans un cycle à l'objectif clair et défini. Nicolas Wille nous explique sans pour autant être satisfait de ce week-end ses impressions : « **Je n'étais pas préparé du tout pour cette compétition même si l'objectif était de nager le plus vite possible malgré la charge de travail et la fatigue.** »

On ne le sent pas forcément content de lui, à coup sûr, il va nous offrir un tout autre visage comme en témoigne ces derniers mots :

« **Maintenant, je commence l'affûtage pour les France à Montauban.** »





### De l'expérience engrangée pour les nageurs de la région

Le CN Coutances tient sans aucun doute une nageuse pleine de qualités pour porter le bonnet du club sur les plus hautes marches des podiums. Spécialiste du dos, avec son coach Maël Lochu à Coutances, Pauline Dauvin nage la semaine dans le bassin olympique caennais avec l'entraîneur Benoît Loisel. La jeune femme n'est plus simplement dossiste, la complémentarité des encadrants lui ouvre grand les bras sur des prétentions également en crawl. De plus en plus rapide en nage libre sur des distances de 400 et 800, nous pouvons parier que les podiums sur ces courses vont tomber aussi vite que ses temps ! Pour preuve avec sa septième place en finale A du 400 mètres avec le temps de 4:49.27. Certes, c'est dix secondes de plus qu'en série, mais il faut savoir que souvent, les séries se nagent plus vite que les finales, cela

## Plusieurs podiums pour les nageurs bas-normands

Écrit par Guillaume Marie

Mercredi, 15 Juillet 2015 22:24

---

s'explique par la part de stratégie que l'on retrouve lors de l'ultime course, où les concurrents directs peuvent être amenés à se regarder. Pauline n'aura pas eu trop à nager dans la stratégie pour le 200nl : première de la finale C avec un temps de 2:15.59. Finalement, la dossiste a répondu présente pratiquement à tous ses engagements avec 32.67 en finale B (deuxième du 50dos) et 1:12.18 en finale A pour le 100 dos. Elle rentre sans aucun doute satisfaite du voyage !



*Pauline Dauvin*

Les marsouins d'Hérouville étaient en comité réduit pour ces N2 (deux nageurs qualifiés). Quentin Pellegrini (1999) a fait le plein d'expérience avec cinq engagements. Il aura réalisé un 200 4nages en 2:25.51. La satisfaction vient de Clémence Pille (2000) avec une belle finale C au 200 brasse.

## Plusieurs podiums pour les nageurs bas-normands

Écrit par Guillaume Marie

Mercredi, 15 Juillet 2015 22:24

---

Sophie Houze (Bayeux Olympique Natation) a fait le déplacement avec la nageuse Justine Lebon (1999), qui a emmagasiné de l'expérience. Se faire plaisir en étant sérieuse, voilà un objectif rempli. « **Avec trois heures d'entraînement en moyenne par semaine, ce n'est pas si mal d'arriver à ce niveau-là** », précise Sophie Houze. Le club de Bayeux vise la formation et l'apprentissage. Il n'en reste pas moins que l'esprit de compétition demeure bien présent, pour preuve l'analyse de la coach après la compétition : « **Justine aurait pu faire une finale mais les premiers championnats ne sont jamais évidents pour personne et la pression, une mauvaise coulée et un touché au mur trop lent ont fait qu'elle n'a pas amélioré son temps.** »



## Les championnats de France approchent

Beaucoup de nageurs vont maintenant couper la saison d'été et en finir avec les bacs de 50 mètres, pour revenir dans le travail préparatoire de la saison d'hiver dès la fin du mois d'août. Ils retrouveront de la sorte les bassins de 25 mètres.

A l'inverse, les meilleurs temps vont en découdre aux « France ». Pour les championnats de France des 15 ans et moins (toujours en bassin de 50 mètres) c'est le bassin d'Agen qui accueillera la compétition du 22 au 27 août. Pauline Dauvin (CN Coutances) accompagnera quatre nageurs de l'EN Caen : Florent Boury, Eugénie Colin, Agathe Peru et Noah Fleury.

Les championnats de France nationaux, mais cette fois avec les 16 ans et plus, se dérouleront quant à eux à Montauban du 29 juillet au 2 août. Alexis Bruchon et Nicolas Wille nageront pour l'EN Caen, et le CN Coutances aura Jeanne et Margot Jossaume.

A suivre sur [SportaCaen.fr](http://SportaCaen.fr)...