

LA GAZETTE



BULLETIN D'INFORMATIONS DE VOTRE CLUB

NOUVELLE PRESIDENTE

Morgane, nouvelle présidente de Villejuif Natation suite à l'élection lors de la dernière Assemblée Générale Elective

PAGE 2

NOS AMBITIONS EN COMPETITION

Présentation des objectifs des groupes de compétitions et pédagogie pratiquée pour y arriver.

PAGE 4

ACCOMPAGNEMENT ET SOUTIEN

Vous souhaitez devenir partenaire des projets du club, nous vous proposons quelques éléments de compréhension.

PAGE 8



PAGE 7 RETOUR SUR LA FIN D'ANNEE



PAGE 3 | UN ENGAGEMENT CITOYEN



PAGE 5 | RETOUR SUR LES RÉSULTATS SPORTIFS



PAGE 6 | A LA DECOUVERTE DE LA PROFONDEUR

© Xixen Wang



De gauche à droite, Silvia (trésorière), Yann (membre), Morgane (présidente), Anne (membre), Emilie (membre) et Martine (secrétaire)

VILLEJUIF NATATION EST PLUS QUE JAMAIS TOURNÉ VERS L'AVENIR.

PAR MORGANE, NOUVELLE PRESIDENTE DE VILLEJUIF NATATION

Un avenir sportif, au cœur d'une ville labellisée « Ville active et sportive » qui reconnaît son engagement dans une politique au service des citoyens et dont Villejuif Natation est un acteur majeur. Notre club est aujourd'hui fier de proposer à ses 1600 adhérents des activités permettant à chacun-e, quelque soit son niveau de pratique, de développer sereinement ses compétences et ses capacités dans l'eau, dès l'âge de 6 mois.

Un avenir social, dont l'histoire s'inscrit avant tout dans la vie du territoire. En effet, 80% des adhérents du club sont Villejuifois, ce qui démontre une attractivité et une accessibilité importantes en faveur des habitants de la commune. Cette année encore, le taux de réinscription de 60% des adhérents prouve que nombre d'entre vous apprécient les méthodes d'apprentissages et les valeurs de Villejuif Natation.

Un avenir aux valeurs de l'Olympisme que sont l'Excellence, le Respect et l'Amitié. Ce sont des valeurs auxquelles je crois et portées par Villejuif Natation. Un club où chacun peut accomplir le meilleur de lui-même dans son activité. Un club où l'on témoigne de la considération à l'autre quelque soit son âge, son origine et sa position sociale. Un club bienveillant permettant à toutes et tous de se dépasser et de progresser ensemble.

COMPTE-RENDU DE L'ASSEMBLÉE GÉNÉRALE 2022-2023

1421 licenciés à la Fédération Française de Natation, dont 1327 adhérents membres actifs, inscrits à des activités annuelles de découvertes, d'apprentissages, de loisirs ou de compétitions, enregistrant une hausse de près de 22% d'adhérents par rapport à la saison sportive précédente 2021-2022 (1089).

En détail, la répartition femmes/hommes au sein de l'association est particulièrement équitable avec 51% de femmes pour 49% d'hommes.

De plus, les adhérents de Villejuif Natation participent majoritairement à des activités d'apprentissage pour plus de 61% et sont Villejuifois à 80%.

Au classement national des clubs, Villejuif natation termine à la 27ème place. Ce classement prend en compte : le nombre de compétiteurs et leur classement, les résultats du club lors des différents championnats de France, les classements des différents interclubs.

Nous sommes également fier du titre de champion d'Ile-de-France de l'équipe masculine de Villejuif Natation lors des interclubs toutes catégories.

Elle terminera 6ème équipe française, à 1 point de la cinquième place !

L'équipe féminine qui termine 19ème au classement national sur cette même compétition.

Le déficit des deux dernières saisons a pu être supporté en raison des réserves constituées lors des saisons précédentes, grâce à la bonne gestion du club. La saison est tout de même marquée par un résultat courant négatif de 10 089 euros.

Le suivi mis en place, la vigilance et l'augmentation des produits ont permis de réduire le déficit. Les mesures prises, dont l'augmentation de la cotisation, permettront cette année de retrouver un équilibre financier. Un des enjeux pour les années à venir sera de reconstituer des fonds associatifs afin de faire face aux imprévus.

UN ENGAGEMENT CITOYEN

PAR GUILLAUME, DIRECTEUR DE VILLEJUIF NATATION

Comme chaque année depuis 2017, Villejuif Natation a le souhait d'intégrer des jeunes volontaires en missions de **Service Civique**, au service de l'intérêt général de l'association, de ses adhérents et de la population locale. Le Service Civique est ouvert à tous les jeunes de 16 à 25 ans, jusqu'à 30 ans pour les jeunes en situation de handicap, sans condition de diplôme ni d'expérience professionnelle. Seuls comptent le savoir-être et la motivation.

NOS QUATRE JEUNES

AMBASSADRICE NATATION SANTE



ALICIA

"Je suis en première et j'ai décidé de donner de mon temps au service des personnes ayant des problèmes de santé et développer la pratique de la natation Santé à Villejuif."

AMBASSADRICE SAVOIR NAGER



FANTA

"Je me suis engagée dans le service civique en parallèle de mes études en première afin d'accroître mon expérience dans le monde associatif, me permettant d'aider les personnes éloignées de la pratique sportive, notamment les enfants."



"J'ai rejoint Villejuif Natation pour son ambition d'accompagnement des nageurs au plus haut niveau possible ainsi que pour l'ambiance conviviale qui règne au sein de l'équipe encadrante. J'interviens sur les Académies de l'Apprentissage et de la Compétition. Grâce au club, je suis également devenu éducateur Nagez Forme Santé. Encadrer des groupes, participer à des événements sportifs et actions proposées par l'association me permettent de m'épanouir totalement. J'ai la chance de mobiliser et d'acquérir de nouvelles compétences grâce à différentes formations proposées. Mon ambition est de faire progresser et de faire évoluer les pratiquants de tous niveaux, afin qu'ils réalisent leurs objectifs."

Maxence, tuteur Natation Santé à Villejuif Natation.

UNE MISSION POUR CHACUN AU SERVICE DE TOUS

AMBASSADEUR DU SAVOIR NAGER

Promouvoir, faciliter, l'accès à la pratique sportive, notamment pour un public jeune issu des quartiers prioritaires de Villejuif

AMBASSADEUR DE LA NATATION SANTÉ

Promouvoir la mise en œuvre de la natation santé auprès des acteurs locaux et des publics concernés.

Ils vous accueillent et vous accompagnent également sur toutes les périodes d'apprentissage.

AMBASSADEUR SAVOIR NAGER



AYMERICK

"En terminale cette année, j'ai souhaité m'engager au sein de Villejuif Natation afin de m'impliquer auprès des personnes n'ayant pas accès à la pratique de la natation."

AMBASSADEUR NATATION SANTE



KEANY

"Actuellement en première, je me suis engagé dans le service civique pour contribuer positivement à ma communauté et acquérir des compétences utiles pour mon avenir."



NOS AMBITIONS

PAR BILEL, RESPONSABLE DE LA COMPÉTITION ET DU HAUT NIVEAU

Le projet de Villejuif Natation pour ses adhérents compétiteurs est avant tout de les accompagner vers leur plus haut niveau de pratique possible.

C'est dans cette démarche qu'ont été mises en place deux Académies au sein de la filière compétitive : une pour la Compétition et une pour le Haut Niveau.

Ces Académies permettent notamment de faire progresser l'ensemble des nageurs avec un accompagnement adapté à chaque niveau de pratique, de projet et d'ambitions.

Au sein de Villejuif Natation, chaque catégorie d'âge évolue dans son propre groupe, afin de permettre à chacun de progresser en fonction de ses aptitudes morphologiques, physiologiques et psychologiques. Dès 14 ans, trois groupes de catégorie Juniors/Séniors permettent à nos compétiteurs de performer suivant leur niveau de pratique allant de départemental au plus au niveau français et international.

Nous constatons la progression année après année des résultats du club, aujourd'hui parmi les meilleurs français et du niveau de pratique des nageurs et ces résultats sont le fruit d'un engagement et d'un investissement important de tous les acteurs de la performance : nageurs, entraîneurs, dirigeants, parents.

2024 permettra de pérenniser les actions mises en place ces dernières années et de faire évoluer les Académies de la Compétition et du Haut Niveau vers un niveau de structuration et de performance important et ainsi de proposer un accompagnement adapté et un projet cohérent et ambitieux pour Villejuif !



“Ancien nageur de Villejuif Natation, j'ai toujours eu pour objectif de passer mes diplômes d'entraîneur afin de permettre aux jeunes générations d'atteindre leurs objectifs, notamment sportifs. Entraîneur du groupe de compétition Accession, composé de nageurs de la catégorie Juniors (14 à 18ans) visant des qualifications pour les championnats de France Juniors et de Nationale 2.

J'interviens également en tant que préparateur physique auprès des nageurs des groupes Elite et Accession. Mon principal objectif est de permettre à l'ensemble des nageurs d'accéder au niveau Elite et d'avoir l'ambition d'être sélectionné en Equipe de France et ainsi faire rayonner Villejuif Natation au niveau français.”

Yann, entraîneur du groupe Accession et préparateur physique à Villejuif Natation.

LES ECHÉANCES DE FÉVRIER

- 4 février : Interclubs maîtres régionaux (+ 25 ans), à Palaiseau
- 4 février : Trophée du nageur complet (Avenirs 3/Benjamins), à Créteil
- 9 au 11 février : Meeting régional (Juniors/Séniors), à Aulnay sous bois
- 14 au 21 février : Stage d'entraînement (Benjamins/Juniors), à Calella (Espagne)
- 15 au 24 février : Stage d'entraînement (Juniors/Séniors), à Palma de Majorque (Espagne)

UNE FIN D'ANNÉE 2023 EN FANFARE

PAR BILEL, RESPONSABLE DE LA COMPÉTITION ET DU HAUT NIVEAU

Cette première période de travail de la saison 2023-2024 s'est conclue par plusieurs évènements importants, pour tous les âges.

Début décembre, huit nageurs de Villejuif Natation ont participé aux Championnats régionaux maîtres (plus de 25 ans), à Boulogne-Billancourt. **De beaux résultats** qui annoncent une belle deuxième partie de saison.

Nos équipes avenir ont participé le 10 décembre dernier aux interclubs départementaux, à Créteil. Lors de cette compétition, sept équipes villejuifoises étaient engagées (trois filles, trois garçons et une équipe mixte, soit 28 nageurs). Pour la deuxième année consécutive, les équipes 1 filles et garçons ont remporté le titre départemental. **Un doublé de plus !**

En parallèle, se tenaient les **Championnats de France Juniors** (14-18ans), à Montluçon (du 9 au 12/12). Cinq nageurs de Villejuif Natation nous représentaient au plus haut niveau de cette catégorie d'âge : Alexandra, Emma, Laura, Ethan et Paul.

Alexandra conserve son titre de championne de France du 50 brasse et remporte la médaille d'argent au 100 brasse ! Ethan remporte aussi son **premier titre national** sur le 50m Nage Libre.

Quelques jours plus tard, du 16 au 18 décembre, au tour de nos six nageurs âgés de 10 à 14 ans, de se lancer dans le bassin des **Championnats de France Benjamins**, à Chalon sur Saône. Célia remporte deux médailles : l'argent sur 100m brasse et le bronze sur 200m brasse. Romain repart avec trois médailles, une en argent (50m papillon) et deux en bronze (50m NL et 100m papillon).

Après l'édition précédente, Victor vole à nouveau sur ces championnats de France avec **quatre titres de champion de France** sur 50 et 100m NL et sur 50 et 100m papillon ! En bonus : Victor améliore la Meilleure Performance Française "13 ans" de tout les temps, sur le 50m papillon ! Ce sera d'ailleurs le seul record de France battu lors de cette compétition. Félicitations également à Catherine, Nil et Augustin, pas de podiums mais de belles performances qui augurent d'une belle saison.

Dans le même temps, vingt-deux nageurs villejuifoises participaient aux Championnats régionaux Juniors/séniors (14 ans et plus) à Corbeil-Essonnes, du 15 au 17 décembre. De nombreuses belles performances lors de cette dernière échéance de 2023. Mention spéciale pour Paul au 200m brasse qui décroche sa **qualification pour les championnats de France juniors 2024 !**

Enfin, une partie de nos nageurs Elites s'est confrontée aux meilleurs nageurs lors du Meeting international des Hortillons, à Amiens, du 15 au 17 décembre. Belle victoire de Farès sur le 200m papillon ainsi qu'une belle 3ème place pour Kacper sur 100m brasse.

Vivement 2024 !



“Depuis enfant je nage en compétition pour Villejuif et c'est ici que j'ai découvert ma passion pour la natation. Je suis en charge du groupe Avenir, premier groupe de compétition pour les 8 à 10 ans. Mon objectif est de les familiariser à la compétition et de prendre conscience des efforts à réaliser et de commencer l'apprentissage des automatismes pour devenir les meilleurs nageurs possibles. Les enfants du groupe participent à différentes compétitions et mon ambition est d'en qualifier le plus possible à la finale départementale et d'obtenir le plus grand nombre de médailles. Les nageurs du groupe Avenir participent aussi au rayonnement du club à travers les résultats collectifs.”

Benjamin, entraîneur du groupe Avenirs à Villejuif Natation.

LES ECHEANCES DE MARS

- 1 au 3 mars : Meeting National de Massy
- 2 et 3 mars : Journée départementale (Juniors/Séniors), à l'Hay-les-Roses
- 9 et 10 mars : Trophée 4 nageurs (Avenirs 3 /Benjamins), à Créteil
- 16 et 17 mars : Journée départementale (Juniors/Séniors), à Vitry
- 17 au 20 mars : Giant Tour Meeting International Étape 1 et 2, à Nice
- 23 et 24 mars : Giant Tour Finale, à Saint Germain en Laye
- 23 et 24 mars : Plot 2 avenir, à Alfortville et Chennevières
- 30 mars au 1er avril : Web confrontation
- 30 et 31 mars : championnats départementaux benjamins, à Villejuif





© Xibwen Wang

DECOUVERTE DE LA PROFONDEUR

PAR ALBAN, RESPONSABLE DE L'APPRENTISSAGE ET DU LOISIR

Lorsque l'on découvre pour la première fois la profondeur, différentes problématiques se posent à la fois d'ordre physique, physiologique et psychologique.

Certaines personnes flottent plus facilement que d'autres toutefois, la plupart des personnes flottent naturellement, pourtant cette réalité physique demande une reconstruction de la façon de voir son propre corps dans le milieu aquatique.

En effet, le corps humain étant moins dense que l'eau, cela entraîne une modification de la posture du terrien que nous sommes.

Concrètement, le débutant a l'impression de tomber au fond de l'eau (d'être déséquilibré) alors que l'eau va chercher à l'équilibrer (action de flotter).

Dans l'eau, le corps et les mouvements ne sont pas perçus de la même manière que sur terre. Il est donc indispensable que le nageur se construise une nouvelle perception de son corps et de ses mouvements dans l'eau, il doit tout (ré)apprendre.

C'est alors qu'une émotion domine : la peur. Celle-ci est primaire, liée au passé que l'Humain a avec l'eau, la peur de tomber, de disparaître. Sans oublier les croyances et transmissions familiales qui n'aident pas à se défaire de cette peur de l'enfouissement aquatique.



© Xibwen Wang

C'est pourquoi notre démarche repose sur la prise en compte de ces problématiques et sur une conception originale de la natation dépassant l'approche traditionnelle. La nécessité de disposer d'un contenu structuré et riche pour la mise en place d'une démarche d'action simple : on apprend en faisant !

Débuter l'apprentissage là où nous ne pouvons toucher le fond, c'est placer le nageur devant des impératifs d'une réorganisation fonctionnelle et lui permettre de découvrir son corps dans le milieu aquatique, lui proposer des situations favorables à la réussite et inhiber des postures de terrien. Cette démarche d'apprentissage permet également d'intégrer le nageur au groupe, de donner des règles et de les respecter pour évoluer sereinement dans un cadre défini. En construisant sa propre sécurité, le nageur débutant s'offrira une progression illimitée.



“J'encadre cette année des groupes de l'Académie de l'apprentissage et du loisir : ados multi-activités, violets, rouges, adultes débutants et perfectionnement. En accord avec les ambitions du club et des moyens mis en place, j'ai à cœur de tout mettre en œuvre pour faire progresser les pratiquants, selon les différentes étapes de chaque cycle d'apprentissage avec l'équipe encadrante, tout en intégrant un esprit ludique afin que chacun ait l'envie de revenir et de pratiquer.

L'équipe de Villejuif Natation a su créer une atmosphère de travail saine et joviale qui participe à l'échange avec les adhérents et permet leur progression selon leurs envies.”

Damien, éducateur sportif à Villejuif Natation.

PROCHAINES THEMATIQUES

Dans les prochaines gazettes, nous aborderons le déplacement aquatique qui s'opère par la construction du **corps projectile** par sa capacité à “passer” à travers l'eau, puis le **corps propulseur** : capacité à conserver la position du corps aligné, en utilisant des actions propulsives efficaces et une respiration adaptée.

A ce stade là, il devient possible de nager avec aisance, sans s'épuiser et avec plaisir.

QUELS MOMENTS !

PAR CLEMENT ET MAXENCE, ENTRAINEURS A VILLEJUIF NATATION



Afin de célébrer les fêtes de manière enchantée, une animation aquatique a été organisée la semaine précédant les vacances de décembre, transportant les enfants dans l'univers de Noël. Au cœur de l'événement, les groupes jaunes et oranges ont été mélangés dans le petit bassin pour partager ensemble un parcours ludique et pédagogique lié à leurs différents niveaux de compétences aquatiques.

Des activités et du matériel ludiques proposés dans le grand bassin ont permis aux groupes Bleus, Violets, Rouges, Verts et débutants de s'amuser librement, accompagnés par leurs musiques préférées de Noël.

Cet événement nous a permis de profiter tous ensemble, de cette période magique et les enfants ont eu l'occasion de capturer cet instant magique en photos avec le Père Noël et ses nombreux cadeaux.



Début décembre, l'équipe pédagogique a également proposé une compétition interne pour les groupes Verts et Pré Compétition avec pour objectif la découverte de la pratique en compétition en mettant les enfants en situation réelle.

L'équipe encadrante a associé à cet événement les groupes de compétitions Avenirs (8 à 10 ans) et Benjamins (11 à 13 ans) afin qu'enfants et parents aient une vision globale des compétences attendues et à acquérir au cours de leur apprentissage.

Les nageurs présents étaient évalués sur deux distances au cours desquelles les entraîneurs et éducateurs sportifs de Villejuif Natation ont pu observer les qualités posturales et de propulsion par les jambes.

UNE REUSSITE !

98 nageurs étaient présents lors de cette journée, soit 85% de participation !

De nombreux parents ont pu observer et encourager leurs enfants dans une ambiance chaleureuse et festive. L'organisation de passage par groupe de niveau leur a d'ailleurs permis de découvrir les évolutions techniques en fonctions des âges et des groupes de compétition.

Au regard de nos observations techniques et chronométriques, les nageurs sont actuellement dans de bonnes dispositions pour la suite de la saison.

Cette belle journée s'est terminée par un goûter convivial autour duquel entraîneurs, parents et enfants ont pu échanger et rencontrer nos champions !



“Ancien nageur Elite de Villejuif Natation, vice-champion de France du 200m papillon, multiple finaliste aux 100 et 200m papillon aux championnats de France Élite et multiple médaillé aux championnats de France d'Été, je suis aujourd'hui éducateur sur les groupes oranges et entraîneur du groupe Pré-compétition. J'assiste également l'entraîneur du groupe Élite.

Mon ambition est de participer au développement du club et de ses Académies de l'apprentissage, de la Compétition et du Haut Niveau pour permettre à Villejuif Natation de rester l'un des meilleurs clubs de France.”

Clément, éducateur sportif et entraîneur à Villejuif Natation.

A CHACUN SON RYTHME

Le premier cycle de travail s'achève pour notre Académie de l'apprentissage et du loisir, au cours duquel les nageurs ont découvert et exploré le milieu aquatique qui favorise leur développement individuel, leur apprentissage de nouvelles compétences motrices nécessaires à leur adaptation à l'eau.

Notre priorité est de permettre avant tout l'acquisition d'un savoir-nager sécuritaire pour tous !



SOUTENEZ VILLEJUIF NATATION

Devenez partenaire des ambitions sportives de Villejuif Natation en communiquant sur nos valeurs respectives de travail, de transmission, d'inclusion et d'excellence. N'hésitez plus à rejoindre dans le projet dynamique de Villejuif Natation et contactez nous en écrivant à l'adresse suivante : info@usvillejuifnatation.com

Contribution à l'intérêt général, expression des valeurs de l'entreprise, valorisation de l'image, implication des collaborateurs, renforcement de l'ancrage local. Les motivations des partenaires sont multiples. Si vous ne faites pas encore de mécénat ou de sponsoring, vous avez forcément une bonne raison de vous lancer !

Être partenaire aujourd'hui, c'est faire le choix de l'audace pour créer une dynamique porteuse de sens et d'innovation pour l'entreprise et ses salariés ; c'est aussi s'engager dans une démarche qui crée de la valeur pour le partenaire tout en contribuant à l'intérêt général.

"C'est un plaisir d'accompagner Villejuif Natation dans son développement grâce notamment aux équipements techniques et textiles que nous proposons.

Je connais Villejuif Natation depuis maintenant 30 ans, lorsque je participais en tant que nageur à des compétitions et avec qui j'ai commencé à travailler comme équipementier il y a 15 ans.

La dynamique mise en place ces dernières années est exceptionnelle et permet à Villejuif Natation de figurer parmi les clubs qui comptent dans le paysage de la natation française.

C'est très appréciable de faire partie du développement de ce club et de garder leur confiance après tant d'années.

Je souhaite à Villejuif Natation le meilleur pour le futur et surtout un bassin olympique extérieur ouvert à l'année afin que le club continue son développement et sa croissance !"

Yoann, partenaire EurocomSwim de Villejuif Natation.



LE SAVIEZ-VOUS ?

Il existe plusieurs possibilités pour nous accompagner :

- Soutenir le sport comme vecteur d'inclusion ;
- Soutenir le Sport pour Tous ;
- Soutenir le sport de compétition ;
- Soutenir le sport de Haut Niveau ;
- Soutenir nos athlètes ;
- Soutenir nos événements.



REJOIGNEZ-NOUS !

Parce qu'il est important de créer une communauté forte autour de la natation villejuifoise afin de garantir son développement et de favoriser la pratique pour tous, n'hésitez plus à rejoindre nos réseaux sociaux Facebook et Instagram !

Et c'est nouveau, vous pouvez désormais suivre la chaîne **Villejuif Natation** sur WhatsApp et découvrir toute l'actualité de votre club !



Facebook : <https://www.facebook.com/villejuif.natation.1>

Instagram : <https://www.instagram.com/villejuifnatation/>



Chaîne WhatsApp :

<https://www.whatsapp.com/channel/0029Va8uzqB6mYPOoxjelq01>

