

VÉLIZY NATATION SYNCHRONISÉE

ACTUALITÉ CHARGÉE...

ÉDIT'EAU

Connaissez-vous la natation synchronisée ? Sport olympique d'excellence, discipline aux exigences nombreuses mélangeant technicité, puissance et élégance des mouvements.

Saviez-vous que la natation synchronisée se pratique à Vélizy ?

Ainsi cette saison encore, la piscine de Vélizy va résonner des voix de la soixantaine de nageuses de 6 à 60 ans de l'association « Vélizy Natation Synchronisée ».

Nouvelles adhérentes ou renouvelantes, c'est avec enthousiasme que toutes ont retrouvé dès la mi-septembre le chemin de la piscine pour travailler leur ballet leg, flamenco, périlleux arrière groupé, sortie promenade... autant de figures aux noms exotiques encore mystérieuses pour les nageuses débutantes mais qui n'ont plus de secrets pour les confirmées.

Envie d'essayer ?

Le niveau de natation demandé en début de pratique n'est pas très élevé. Le plus important reste de savoir flotter et d'aimer l'eau ! Alors n'hésitez plus et jetez-vous à l'eau avec « Vélizy Natation Synchronisée »...

LES COMPÉTITIONS - LES RÉSULTATS

Comme chaque année, les mois de novembre et décembre ont été ceux des premières compétitions, des premiers résultats voire aussi des premières médailles pour nos nageuses...

Premier niveau du **Synchronat**, le **Synchro Découverte** comprend 3 épreuves : parcours à sec, technique et propulsion qu'il faut avoir validées pour passer au niveau supérieur.



Médaille d'or

Aurore Feries

Vélizy Natation Synchronisée

Médaille d'argent

Julie Noirez

Aquarines de Pontault-Roissy

Médaille de bronze

Claudia Debono

Nymphéas de Rueil-Malmaison

Le 16 novembre dernier à la piscine de Suresnes (92), deux nageuses de « Vélizy Natation Synchronisée » ont participé à l'épreuve de propulsion, qu'elles ont brillamment réussie.

Félicitations à Anastacia et Naéva, ainsi qu'à leurs entraîneurs.

Fin novembre, s'est déroulé à Corbeil-Essonnes, le tournoi Île-de-France hiver. Première compétition du programme fédéral, il s'agit d'une épreuve interrégionale qui s'adresse aux nageuses Espoirs, Juniors et Seniors, qualificative pour les championnats de France hiver. Cette année, « Vélizy Natation Synchronisée » présentait une nageuse, **Aurore**. En terminant 1^{re} au classement général des solos techniques seniors, elle est devenue championne d'Île-de-France et s'est qualifiée pour représenter notre région aux championnats de France élite hiver qui ont eu lieu **du 10 au 14 décembre** à Saint-Cyprien (66). Depuis, Aurore a fini 9^e et s'est qualifiée pour les championnats de France été. **Félicitations à Aurore et à Muriel son entraîneur.**

L'ACTUALITÉ

Ce premier trimestre s'est conclu par deux rendez-vous importants pour le club : l'assemblée générale et la semaine portes ouvertes pour les parents qui ainsi ont pu assister aux entraînements de leurs enfants et découvrir la diversité et la complexité de notre discipline. Et déjà au détour de ces rencontres, se murmurent les premières idées pour le gala de fin de saison, moment toujours inoubliable pour nos nageuses et leurs parents.

Mais chut ... en ces premiers jours de janvier, quoi de plus important que de vous souhaiter à toutes et à tous une belle et heureuse année 2015 !