

La Vie de groupe : Création de clubs Maîtres

Qu'ont donc en commun le LAC, l'OPN et le RN ?

Ce sont de jeunes associations, certes, mais elles ont surtout la particularité d'être exclusivement Maîtres. Les noyaux durs de ces trois cercles sont tous issus des clubs intergénérationnels de leurs localités respectives. Hélas ! il n'est pas rare que les politiques de clubs ne soient pas toujours favorables aux Maîtres dont les sections finissent parfois par être dissoutes ! Pas d'autres choix pour continuer à pratiquer et s'épanouir grâce à sa passion que de se prendre en mains. C'est ainsi qu'avec une bonne dose de motivation, de cohésion et de dynamisme, les Maîtres lavallois, parisiens et rennais se sont initiés à la création d'association et sont re-nés de leurs cendres.

Ils avaient tous à cœur d'être présents à Rennes pour hisser haut leurs nouvelles couleurs. Découvrez sans attendre leurs trois parcours forts intéressants et révélateurs !

2003 : Le Laval Aquatique Club (LAC)

Rencontre entre Didier Tiriau, le Président du Laval Aquatique Club et un de ses nouveaux adhérents.



Pouvez-vous présenter le LAC en quelques chiffres ?

Le LAC est un club de natation Maîtres qui s'est créé en 2003. Nous sommes entre 120 et 145 licenciés.

Comment vous êtes-vous créé ?

Grâce à la volonté de plusieurs nageurs licenciés à l'époque dans un autre club lavallois, regroupant des jeunes et une petite

partie de Maîtres, ils ont décidé de créer un nouveau club formé uniquement des nageurs Masters.

Quel genre de public accueillez-vous ?

Depuis l'origine du club, nous avons une volonté principale qui est le sport pour tous.

Cela va de l'apprentissage, voire aquaphobie, aux compétitions de niveaux départemental, régional, national, international.

Quels sont vos objectifs sportifs ?

Là aussi nous souhaitons faire participer un maximum de nageurs sur nos compétitions locales, mais aussi sur des meetings où nous retrouvons très souvent l'ambiance Maîtres, qui correspond à la philosophie de nos nageurs et de notre club.

Nous avons aussi un certain nombre de nageurs qui font briller le club sur des compétitions de haut niveau, par des titres nationaux et des récompenses aux Championnats du Monde.

Quelle est votre place dans le classement national des Maîtres ?

Pour la saison passée, nous avons fini 44^e club national et 2^e club des Pays de la Loire, ce qui est tout à fait sympa pour un « petite » ville comme Laval.

Quel est l'esprit de votre club ?

Notre club s'est créé autour d'un noyau de bons copains, qui ont insufflé à notre club la bonne camaraderie avec de nombreux moments de convivialité. Nous avons fait en sorte que cette ambiance reste toujours présente tout au long de nos douze années d'existence.

Mais que faites-vous pour garder cette convivialité ?

Pas de prise de tête, pas d'objectifs demandés aux nageurs, pas de pointage aux entraînements, un petit peu de « déconnade » aux entraînements.

Mais surtout un repas de fin d'année regroupant les nageurs et leur petite famille, où l'entrecôte se partage avec le verre de l'amitié.

Et aussi des activités sportives pour compléter notre préparation physique intense... Sortie bowling... parce qu'on peut nous servir une bière !

Enfin, toutes les semaines après l'entraînement du mardi soir, nous avons un moment de convivialité : des crêpes, cidre et autres gâteaux sont offerts par les nageurs qui fêtent leur changement d'année et éventuellement de catégorie.

Comment se déroulent vos entraînements ?

La Ville de Laval nous a soutenus dès le départ en nous fournissant trois créneaux d'entraînement :

le mardi dans le bassin extérieur de 50 m, un régal en plein hiver,

et le jeudi en bassin intérieur de 25 m où nous avons 2 créneaux d'une heure.

Nous avons 2 entraîneurs bénévoles, assistés de nageurs présents sur le bord du bassin suivant un planning.

Les nageurs sont regroupés dans les différentes lignes suivant leur niveau et l'entraînement est affiché au bout de chaque ligne.

Pour les nageurs ayant de grandes difficultés..., il reste aux entraîneurs l'outil pédagogique le plus adapté... le petit bassin d'1,20 m où nous avons tous appris la culbute, le passage de bras et les ondulations.

Votre club organise début juin un meeting national Maîtres. Pouvez-vous nous en parler ?

C'est un projet qui a longuement mûri au sein de notre club. Avec les années, nous nous sommes structurés en officiels puisque nous avons 5 officiels A et de nom-

breux officiels B et C, tous nageurs, ce qui nous a permis d'organiser en 2013 notre 1^{er} meeting.

Cette compétition se déroule dans le bassin extérieur de 50 m 8 lignes d'eau de Laval.

La première année, qui a été une belle réussite aux dires des nageurs, nous a incités à reconduire l'aventure. L'année dernière, nous avons labellisé notre meeting en meeting national et nous avons obtenu son inscription au Circuit des Maîtres.

Là aussi, le retour très positif des 51 clubs présents (des Pays de la Loire, de Bretagne, Normandie, Poitou-Charentes, Centre et jusqu'à la région parisienne) nous a confortés dans l'organisation de la 3^e édition. Celle-ci se déroulera le samedi 6 juin 2015 (toutes les informations sont sur notre site : www.laval-aquatique-club.fr).

Vous êtes reconnus sur le bord des bassins grâce à votre mascotte. Pouvez-vous nous la présenter ?

OUILLE ? C'est notre mascotte des premiers jours.

Elle nous suit dans toutes nos aventures, se parant des différents badges d'accès aux compétitions. C'est une vraie star et elle insiste pour être sur toutes les photos.

La petite famille s'est agrandie et ses deux copines ne sortent que dans les très grandes occasions : GUEURN et la petite dernière AUSSIE (qui mesure 1,50m...) que nous avons adoptée lors des Championnats du Monde en Australie.



Et pour finir, comment envisagez-vous l'avenir de votre club ?

Le plus grand challenge est de conserver nos deux entraîneurs bénévoles.

Ainsi que le dynamisme de tous les bénévoles.

Nous avons passé le cap des 10 ans avec succès, et comme dirait Olivier L., notre ancien entraîneur : « Quand tu peux faire 50 m, tu peux faire 100 m ! » Eh bien ! je peux dire que si nous avons fait 10 ans, nous pouvons bien faire 20 ans !

2012 : L'Olympique Paris Natation (OPN)

L'Olympique Paris Natation (OPN) a été créé fin 2012, mais c'est réellement au cours de cette saison 2014-2015 qu'il a pris son essor avec la première année d'affiliation à la FFN et ses premiers représentants en compétition. Après les avoir étreintes lors des Championnats d'Ile-de-France Maîtres à Savigny-le-Temple, nos nageurs ont porté les couleurs de l'OPN lors des Championnats de France des Maîtres à Rennes en se rapprochant parfois très près des podiums.

Le Président Guy Lacontal, finaliste du 200 brasse C5 à Rennes



L'OPN a été mis en place et est soutenu par des nageurs passionnés qui ont pour la plupart nagé depuis leur plus jeune âge sans s'arrêter ; ils ont donc connu toutes les étapes de la carrière d'un nageur. Notre but est de favoriser un épanouissement de la personne par le biais du sport. Nous ne visons pas l'élitisme à tout prix mais, d'une part, le plaisir de nager et la compétition comme vecteur de dépassement et de motivation personnelle et, d'autre part, une convivialité entre les membres.

L'OPN ne possède pas actuellement de créneau d'entraînement. Les membres inscrits sont donc des gens qui s'entraînent seuls ou qui habitent à l'étranger et souhaitent faire des compétitions FFN sans avoir à payer une cotisation complète pour des entraînements auxquels ils ne peuvent pas assister. C'est une formule de « domiciliation » de nageurs en quelque sorte, pour lesquels nous sommes en train de mettre en place une base d'entraînements et de vidéos techniques sur notre site (www.op-natation.fr). Evidemment, nous souhaitons obtenir des lignes pour pouvoir nous développer et ne pas nous cantonner à ce type de membres. Ce n'est bien sûr pas évident d'obtenir des créneaux, mais nous sommes confiants car notre approche du sport « compétition de loisir » est partagée.



Dans un premier temps, nous nous concentrons sur les Maîtres car nous ne pouvons pas nous disperser, cependant nous espérons d'ici quelques années pouvoir nous agrandir et avoir des groupes dans les autres catégories FFN.

Guy Lacontal, Président de [l'Olympique Paris Natation](http://www.op-natation.fr)

2014 : Le Rennes Natation (RN)



Des nageurs motivés

Nous sommes près de 60 nageurs et nageuses de plus de 18 ans, d'âges et de niveaux sportifs différents, pratiquant la natation de manière régulière ou ponctuelle. Nous nageons avec des objectifs de compétition définis, ou simplement avec l'envie d'être ensemble, de progresser dans notre maîtrise de la nage ou de nous vider la tête après le travail dans une ambiance conviviale, sportive, saine et parfois festive. Nous essayons de promouvoir, d'organiser et de fédérer la natation sportive pour Rennes et sa région.

Une histoire compliquée

Nageurs d'un grand club pluridisciplinaire (groupe natation), nous avons appris à nous connaître, nous apprécier et nous entraider. Le changement précipité de l'équipe technique et du bureau, la désorganisation et la réorganisation qui l'ont accompagné ont fait passer notre groupe de 45 à 16 nageurs, et peu à peu nos créneaux d'entraînements ont disparu. Finalement, c'est tout simplement l'option « compétiteur adulte » qui fut supprimée de son offre sportive. Que faire ? Rester pour nager une heure par semaine en loisir, ou partir dans un autre club plus accueillant... ? Habités pour certains à participer aux championnats de France, nous étions déçus à l'idée de ne pas pouvoir y nager aux couleurs de notre ville à moins d'un an de l'événement. C'est alors qu'a germé dans nos têtes l'idée de créer Rennes Natation !



Des démarches rapides

Nous étions fin juin 2014 et, pour nous, tout était à faire : rédiger des statuts, réunir une assemblée constituante, une AG, adopter un règlement intérieur, s'accorder sur nos objectifs, déposer nos statuts, créer un mode de fonctionnement original sans créneaux piscine dédiés et sans entraîneur, créer une visibilité sur un site WEB (www.rennes-natation.fr), une adresse électronique, se faire connaître, recruter des adhérents. Avec l'affiliation FFN mi-septembre, nous étions fin prêts : nous existions officiellement et concrètement, et notre recrutement actif pouvait enfin commencer. En moins de cinq mois, nous sommes passés de 17 à plus de 50 adhérents !

Proposant des adhésions avec ou sans licence FFN à moindre coût, nous avons finalement fédéré un groupe très hétérogène de nageurs : de niveaux, d'âges, d'ex-

périence ; des anciens et des nouveaux, des adultes jeunes ou non, des confirmés mais aussi des débutants, des dingues de la vie saine et des festifs, mais que des gens motivés et sympas ! Une nouvelle dynamique.

Un fonctionnement original en attendant des créneaux dédiés

On se retrouve sur plusieurs créneaux hebdomadaires, renseignés par les adhérents eux-mêmes sur notre site, matin, midi ou soir, sur une des piscines de l'agglomération en horaire public. On se repère avec le bonnet du club et on partage ensemble notre goût de la natation, profitant de la motivation collective. Trois entraînements sont rédigés et envoyés par mail chaque lundi matin. Libre à chacun alors de les appliquer, seul ou en groupe, et de recevoir les conseils avisés des plus pédagogues. Dans le cadre de notre développement, nous souhaitons pouvoir proposer des créneaux en piscine dédiés, mais à Rennes et dans sa région les bassins ne sont pas nombreux et les places sont convoitées. En attendant, nous profitons pleinement de la liberté de pouvoir se retrouver sur plusieurs piscines et plusieurs horaires. Ce qui était notre point faible au départ est aujourd'hui notre point fort. Nous nageons (presque) n'importe quand, et (presque) n'importe où ! Nous pouvons proposer des créneaux de nage tous les jours ! Et n'ayant ni ligne d'eau, ni entraîneur à payer, le montant de nos cotisations est très compétitif. Et le bonnet est offert...

Des actions positives

Si le travail n'a pas manqué pour créer et organiser notre club, il existe maintenant, et notre principal objectif est de le pérenniser. Mais, il y en a d'autres : d'abord, nager ensemble plusieurs fois par semaine dans presque toutes les piscines de l'agglomération rennaise, partager les entraînements, participer de plus en plus nombreux aux compétitions départementales, régionales et nationales. Dès notre 1^{ère} année d'existence, nous avons pu présenter une équipe aux Interclubs Maîtres régionaux et finir 15^{ème} club breton !

Nous avons intégré l'Office des Sports de Rennes.

Le site s'enrichit et notre page Facebook est née.

Nous faisons régulièrement des happenings "JPPJP" ("Je Peux Pas J'ai Piscine") en proposant un entraînement groupé suivi d'un bistro, efficace pour s'amuser et recruter de nouveaux adhérents.

En décembre, nous avons pu participer activement au Téléthon et, tout récemment, nous avons co-organisé la Nuit de l'eau avec l'UNICEF au profit du Togo.

Alors, pour l'avenir, comptez sur nous et à très bientôt dans les bassins !

Vincent Cahagne ([Rennes Natation](#))

