



Bulletin des maitres nageurs – décembre 2019

L'année 2020 est à nos portes. Plus qu'un mois pour compléter votre entraînement de 2019. Plus qu'un mois pour atteindre vos objectifs de l'année, si ce n'est pas encore fait. Plus qu'un mois avant que tous les maitres nageurs célèbrent leur changement d'âge ou leur changement de groupe d'âge le 1er janvier.

Comme toujours, nous voulons connaître vos histoires, vos commentaires et vos activités. Si vous planifiez des événements de fin d'année ou de nouvel an tels qu'un marathon de natation, un entraînement fou de 100 x 100 m, une plongée dans les eaux glacées ou un autre événement, nous aimerions le faire connaître. Veuillez envoyer vos informations à masters@swimming.ca afin que les informations puissent être partagées sur la page web des maitres nageurs

L'automne fut occupé et fructueux, nous avons mis plusieurs projets sur pieds à Natation Canada. Nous sommes heureux de vous présenter notre mise à jour mensuelle.

Nous aimerions souhaiter, à vous et vos proches, de joyeuses fêtes !

RECONNAISSANCE DES RECORDS CANADIENS

Félicitations aux maitres nageurs suivants qui ont abaissé un record canadien :

Kalis Rasmussen	EOMAC	95-99	100m QNI	PB	3:40.57
Tom Verth	BAC-M	80-84	50m dos	PB	40.77
Tom Verth	BAC-M	80-84	100m dos	PB	1:31.52
Michael Stamhuis	VERN	65-69	200m dos	GB	2:49.06
Michael Stamhuis	VERN	65-69	800m libre	GB	11:06.26

CHAMPIONNATS CANADIENS DES MAITRES NAGEURS 2020

Le Etobicoke Olympium Masters Aquatic Club (EOMAC) finalise son comité organisateur pour l'accueil des Championnats canadiens des maitres nageurs 2020 tenus au Etobicoke Olympium du 22 au 24 mai. Vous pouvez consulter la page des événements nationaux et internationaux [ICI](#) pour lire les troupes d'informations des compétitions et vous familiariser avec la [page des compétitions](#) où se trouveront toutes les dernières informations.

Nous y préciserons tous les détails concernant les hôtels, le processus d'inscription aux compétitions et autres informations. Nous voulions vous offrir les premières informations concernant les Championnats canadiens des maitres nageurs 2020 le plus rapidement possible afin de mieux vous y préparer et de planifier votre participation.



COMPÉTITIONS DE NATATION

Plusieurs compétitions de maitres nageurs ont déjà eu lieu depuis le début de la saison 2019-2020. Quatre compétitions de maitres ont eu lieu en Colombie-Britannique, deux au Québec, et une en Nouvelle-Écosse, Ontario, Saskatchewan et Alberta. Plus de 500 nageurs ont participé à ces compétitions.

Félicitations à tous les participants et merci à tous les officiels et les bénévoles rendant cela possible.

D'autres compétitions sont prévues pour le mois de décembre, bonne chance à tous.

Les sites web de certaines provinces contiennent une liste de leurs compétitions pour la saison. Veuillez consulter le site web de votre Association provinciale pour trouver cette information. [ICI](#)

NAGEUR SANS-ATTACHE (unattached)

Les nageurs qui désirent s'inscrire, sans passer par un club de maitres nageurs, en tant que nageur sans-attache, doivent contacter leur association provinciale. Consultez les liens [ICI](#).

DÉFIS

Le défi de décembre est lancé et est disponible dans la section des ressources de la page des [maitres de Natation Canada](#). Ce mois-ci, nous vous invitons à compléter 15 minutes de nage dont le départ se fait dans l'eau, s'il vous plaît soumettre la distance parcourue dans la limite de temps. Vous pouvez soumettre vos résultats [ICI](#).

Les résultats du défi de novembre doivent être rendus d'ici au 5 décembre afin que nous puissions compiler les résultats et attribuer les prix.

Les résultats du défi d'octobre sont disponibles [ICI](#)

Félicitations à tous nos membres et clubs participants

Nos prix de participation, un chèque-cadeau de 25\$ à la boutique en ligne de Natation Canada vont à :

Allison Bennett	Aurora Master Ducks
Nick Van Alphen	Owen Sound Aquatic Club Leftovers
Natalie Tardif	Calgary Masters Swim Club
Christina Leddy	Masters Pointe-Claire

Chaque mois, un nouveau défi sera publié. Il sera à compléter au cours de ce mois. Les entraîneurs/nageurs compileront les résultats du défi et les enverront à masters@swimming.ca.



Les résultats seront rassemblés selon les mêmes groupes d'âge utilisés en compétition et des prix seront attribués chaque mois. Les détails seront développés à chaque défi.

PROFILS DE NAGEURS ET DES CLUBS

Nous sommes heureux de vous présenter **JILLIAN BEST** des Middlesex Swimming Masters à London en Ontario. Vous pouvez lire l'histoire de Jillian [ICI](#).

Il existe plusieurs autres histoires à propos de nos maîtres nageurs, ceux présents à la piscine depuis des années. Des nageurs qui, comme Jillian, ont dû surmonter d'importants troubles physiques, des nageurs persévérant. Des nageurs qui changent le monde grâce à leurs actions à l'extérieur du monde de la natation.

Certains clubs de maîtres organisent des événements amusants, des activités à l'extérieur de la piscine, incluant du bénévolat et des campagnes de financement. Des clubs ayant de fantastiques entraîneurs arrivant à garder les nageurs motivés, engagés, heureux et en santé.

Nous voulons entendre vos histoires, qu'est-ce qui vous impressionne ? Qu'est-ce qui vous motive ? Pourquoi vous rendez-vous à la piscine chaque semaine ? Avez-vous d'autres passe-temps : sports, art, littérature, grandes entreprises, bénévolat. Quelles sont vos passions ?

Les questionnaires sont disponibles sur notre site web et sur demande à masters@swimming.ca. Si vous avez une histoire à raconter, nous aimerions l'entendre ! [Profil du nageur](#) [Profil de club](#).

Si vous avez manqué les bulletins d'octobre et novembre, vous pouvez les lire [ICI](#).

Vous pouvez poser vos questions à masters@swimming.ca. Nous nous efforcerons d'y répondre ou nous vous dirigerons vers la personne appropriée.

Bonne natation !

Pour vous désabonner de la chaîne de courriels de Swimming/Natation Canada Inc., connectez-vous à votre compte nageur et sélectionnez REFUSER le consentement aux courriels. Vous pouvez aussi envoyer un courriel à masters@swimming.ca. Veuillez inclure votre nom et votre adresse courriel.