

## SOMMAIRE

### A LA UNE

01 Bilan du meeting de Genève

### Institutionnel

02 Article, Gary Hunt, les ailes du désir

05 Formation PJJ-ERFAN les 17 et 18 janvier 2023

05 Newsletter de la FFN

06 Dispositifs JAN

### Natation Course

07 Le meeting national Francily du 17 au 19 Février

07 Les interdépartementaux des Maîtres

### Eau Libre

08 Championnat de Monde Eau Glacée à Samoens du 13 au 15 Janvier 2023

### Water-Polo

09 3e place pour le Cercle 93 lors du Trophée Pierre Garsau

### Natation artistique

10 Collectif Avenirs Ile-de-France

10 Calendrier sportif

11 Programme de compétition, piscine le Nautil

### ERFAN

12 Formation BNSSA

13 Formation BPJEPS AAN

### Meetings

14 Prochains Meetings sur la Région

### Offre d'emploi

15 Toutes nos offres d'emplois

## Bilan du Meeting de Genève



Retour sur le 56e Meeting International à Genève avec une belle médaille de bronze rapportée par Méline HODE sur le 50m brasse dames !

Vous trouverez également tous les résultats ainsi qu'un bilan final via [ce lien](#).

Un grand bravo à tous les jeunes pour leur participation et leur enthousiasme lors de ce week-end international. Un grand merci également aux encadrants présents qui les ont accompagné.e.s tout du long.



## Gary Hunt, les ailes du désir



**Il est le grand bonhomme du haut vol. Désormais résident et licencié francilien mais aussi citoyen français, l'Anglais est formidablement attachant, intelligent et performant. Bref, il a tout pour plaire.**

Tout a commencé par un atavisme, celui transmis par un père fan de natation, et une frustration, celle d'un gamin de Leeds, dans le nord de l'Angleterre, un peu dilettante à l'entraînement, plus enclin à papoter qu'à enquiller les longueurs motus et bouche cousue. *« Je me faisais toujours gronder par mon coach car j'avais tendance à parler avec mes potes, sourit, dès années plus tard, Gary Hunt. Ce sport requiert une abnégation mentale que je n'avais pas. Je ne faisais pas montre d'une détermination suffisante. »*

Si bien qu'à dix ans, après cinq années passées à longer les lignes d'eau, le préado préféra s'initier à la verticalité et à la hauteur. *« Non seulement le plongeur m'a tout de suite amusé, mais c'était, pour moi, un challenge et un défi, se remémore-t-il. Et puis j'ai toujours eu envie d'apprendre des choses. D'ailleurs, je tentais à chaque fois de nouveaux trucs. Sans compter les sensations, cette liberté d'être dans l'air tout en étant en contrôle de mon corps. Le fait d'avoir un peu d'appréhension me plaisait même si je n'étais pas casse-cou. »* En juniors, le Londonien perçut que même s'il présentait des aptitudes à trois et dix mètres, en atteste une médaille de bronze au dix mètres, aux Jeux du Commonwealth, en 2006, il figurait parmi les bons mais pas dans la caste des meilleurs. Le rêve d'une participation aux JO demeurait donc illusoire.

“

« Je pâtissais de mon petit gabarit et d'un manque de force de physique, en particulier à l'impulsion, ce qui m'empêchait d'effectuer de bonnes entrées dans l'eau par la tête, analyse-t-il avec le recul. Mon déficit de dynamisme se ressentait à l'impact. Et puis je n'étais pas dans les petits papiers de l'encadrement. »

## « AUJOURD'HUI, JE ME SENS PLUS FRAGILE »

En 2006, à vingt-deux printemps, celui qui était encore un sujet de Sa Gracieuse Majesté comprit qu'il serait avisé de se chercher une autre voie. Alors qu'il exerçait ses talents en multipliant les prouesses dans un parc d'attractions, en Italie, il fut convié par un compère Australien, Steeve Black, à s'initier aux subtilités du haut vol. D'emblée le néophyte fut dans son élément. « *Tout d'abord, on a beaucoup plus la possibilité d'inventer des figures inédites, décrypte-t-il. Par ailleurs, j'aime ne pas être enfermé en indoor et sauter dans des lieux incroyables. Ensuite, ce qui me plaît, c'est de ne pas être sous l'autorité permanente d'un coach. De plus, dans notre spécialité, nous formons vraiment une famille. On n'est pas dans la rivalité malsaine mais, au contraire, dans la bienveillance et l'entraide. On se donne des conseils les uns les autres et l'on se corrige mutuellement.* » Enfin pleinement épanoui, Gary Hunt intégra le fameux circuit Red Bull Cliff Diving en 2009. Une épreuve qu'il a depuis remportée... dix fois, la dernière, en octobre 2022. Également dans son escarcelle, deux titres planétaires (en 2015 et 2019) décernés par la Fédération internationale (Fina), ce qui l'a installé sur le toit du monde et au Panthéon de la discipline.

Il ne faudrait pas pour autant croire que sa suprématie s'est apparentée à un long fleuve tranquille ni qu'elle a été linéaire. L'homme avoue sans honte ses failles :

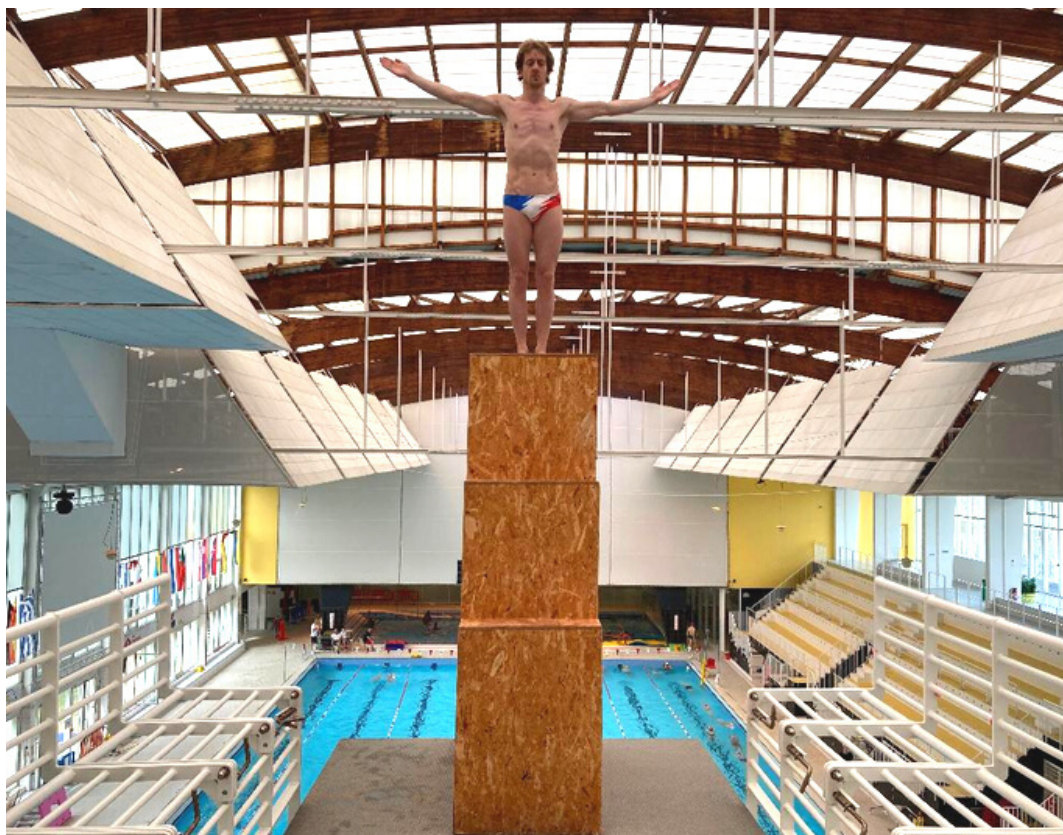
“

« Autant, au début de ma carrière, j'avais le sentiment d'être infailible, autant, aujourd'hui, je me sens plus fragile. Ma supériorité par rapport à la concurrence a quasiment disparu. En outre, ma confiance a des hauts et des bas, notamment depuis 2017, lorsque j'ai commencé à connaître des problèmes de vrille. Il m'arrivait, en quelque sorte, de me perdre dans les airs. J'avais des sautes de concentration qui m'ont considérablement pénalisé. Le pire est qu'il est extrêmement difficile de savoir pourquoi ça se produit. En temps normal, on répète sans cesse les mouvements afin qu'ils soient automatiques et de ne plus avoir à y penser. Ce qui fonctionne jusqu'à un certain moment, en somme, jusqu'à ce qu'un problème survienne sans crier gare. C'est très perturbant et c'en devient une fixation. J'ai peur comme les autres. Je ne vais pas le cacher. C'est un paramètre à gérer. »



@ KMSP

## OBJECTIF, LES JO DE PARIS, EN PLONGEON SYNCHRONISÉ



Pour évacuer toute ses ondes négatives et contreproductives, l'albatros british n'a pas hésité à collaborer avec Claire Calmels, une psychologue de l'Insep spécialiste des neurosciences cognitives. Une pointure. Au fait, on oubliait de vous préciser un élément conjugal qui a son importance : Gary Hunt a trouvé l'amour dans les bras d'une Française et a élu domicile à Montreuil. Par ailleurs, il a obtenu, en 2018, la nationalité française, ce qui lui offre la possibilité de défendre, sur la scène internationale, les couleurs de sa nouvelle patrie déjà reconnaissante.

Ce qu'il envisage de faire, en 2024, aux JO de Paris, en plongeon synchronisé à dix mètres, la version extrême de la pratique n'étant pas inscrite au programme olympique. Les Jeux sont désormais son principal objectif. Si le niveau est trop élevé pour espérer briller en individuel avec si peu de temps de réadaptation, pareil projet n'a, en revanche,

rien d'utopique à deux. Reste à trouver l'autre élément du binôme. A ce jour, Gwendal Bisch, spécialiste du un et du trois mètres, tient la corde. Toujours est-il que le sociétaire du Red Star de Montreuil, aidé matériellement par son club, le Conseil régional d'Île-de-France et la Fédération française de natation (FFN), a dû se réhabituer à ne plus atterrir les pieds en premier. A trente-huit ans, ce retour aux sources martyrise davantage son organisme car il n'est jamais aisé de défier la loi de la pesanteur le corps à l'envers. A cela s'ajoute un travail de musculation conséquent avec des charges plus lourdes. Le kinésithérapeute et le préparateur physique des Bleus sont d'un précieux recours, histoire de ménager une si belle mécanique qui pourrait se hisser sur le podium dans deux ans. Messieurs les Anglais risquent de le regretter amèrement.

**Alexandre Terrini**

## INSTITUTIONNEL

# Formation PJJ-ERFAN les 17 et 18 janvier 2023

La Ligue Ile-de-France de Natation via son Ecole Régionale de Formation et en partenariat avec la Protection Judiciaire de la Jeunesse(PJJ) ont mis en place une formation à l'INSEP les 17 et 18 janvier 2023.

Cette formation était destinée à la fois aux encadrants de la PJJ mais aussi aux stagiaires BPJEPS et MSN en formation à l'ERFAN Ile-de-France avait un triple objectif :

Tout d'abord, de permettre aux encadrants de la PJJ de mieux appréhender la sortie à la piscine avec leurs jeunes à travers la formalisation de quelques contenus d'enseignement relatif à la lutte contre la noyade. L'objectif est également de permettre aux stagiaires MSN et BPJEPS de découvrir un nouveau public à travers une pratique sur les jeunes de la PJJ. Enfin, c'est aussi pour permettre à tous les participants de s'exprimer et de sortir du quotidien dans un cadre sportif exceptionnel.

Ce temps de formation a été une réussite pour l'ensemble du groupe et a fait apparaître des perspectives de travail possibles pour de futures collaborations entre l'ERFAN et la PJJ.

Un grand merci à tous les éducateurs de la PJJ pour leur participation aux échanges, aux stagiaires MSN et BPJEPS pour leur engagement au bord du bassin notamment et aux jeunes issus de la PJJ qui sont venus le mercredi et qui ont pu être initiés à la natation.

Un énorme merci à Emmanuel YGOUT, Audrey DAULE et Lucie LE GALLUDEC de la Protection Judiciaire de la Jeunesse, à Jerome CHASTAGNER et Nicolas GUY de la Ligue Ile-de-France de Natation ; pour la mise en place et l'encadrement de cette formation.



## Newsletter de la FFN

Veuillez trouver dans le lien [ici](#), la newsletter de la FFN de ce mois-ci.

## J'APPRENDS A NAGER - AISANCE AQUATIQUE

### Dispositifs JAN

A l'approche des vacances d'hiver, je vous rappelle que la Ligue Île-de-France de Natation est tête de réseau pour les activités "J'Apprends à Nager" et "Aisance Aquatique". Le but de ces dispositifs est de favoriser l'apprentissage de la natation pour tous et notamment les enfants éloignés de cette pratique.

Une vidéo explicative de ces dispositifs via le lien [ici](#).

Si vous vous faites déjà partie du réseau pour la saison 2022-2023, votre dossier est déjà enregistré. Cependant, veuillez nous informer si vous souhaitez organiser des stages pendant les vacances d'hiver.

Si vous n'avez pas encore envoyé les documents et que vous souhaitez organiser des stages "J'Apprends à Nager" et "Aisance Aquatique", veuillez nous faire part de votre intérêt afin que nous puissions vous accompagner. Vous trouverez les différents documents concernant les dispositifs "J'apprends à nager" et "Aisance Aquatique" sur [ce lien](#).

Pour obtenir une licence à 15 € JAN et faire partie du réseau, il est nécessaire de prendre connaissance et de remplir certains documents, tels que le Formulaire d'agrément, le Listing d'inscription, le Cahier des charges, le Bilan final et le Budget type.

Pour les clubs qui souhaitent obtenir une aide financière de la Ligue pour ce genre d'action, veuillez remplir le « budget type » pour chaque stage. Nous vous contacterons rapidement pour vous informer de la somme validée pouvant être prise en charge. Il est important de noter que seules les demandes non déjà financées dans le cadre du PST via votre compte asso peuvent être prises en charge. Le paiement de cette facture sera effectué par la LIFN après la mise en place du dispositif.

Pour toute demande à ce sujet, vous pouvez me joindre par mail :

**n.heilig@lif-natation.fr** ou par téléphone au 06.37.64.28.39, ainsi que de mettre monsieur Nicolas Guy en copie, **n.guy@lif-natation.fr**.

**AISANCE  
AQUATIQUE**



## NATATION COURSE

# Le meeting national Francily du 17 au 19 Février



Retrouvez en lien [ici](#) la plaquette du FRANCILY 2023 !!

Il se déroulera les 17,18 et 19 Février 2023 à la piscine de Sarcelles.

En espérant vous voir nombreux au meeting national organisé par la Ligue Ile-de-France de Natation.



## Les interdépartementaux des Maîtres

Le dimanche 15 Janvier se sont déroulés les interdépartementaux des Maîtres à la piscine des ULIS. 11 équipes de 10 nageurs (soit 110 nageuses et nageurs au total) issus de 4 départements participaient à cette compétition.

C'est le département de l'ESSONNE qui monte sur la plus haute marche du podium, suivi des HAUTS-DE-SEINE équipe 1 et des HAUTS-DE-SEINE équipe 2.


Vous trouverez les résultats en cliquant sur [le lien](#).





## EAU LIBRE

# Championnat de Monde Eau Glacée à Samoens du 13 au 15 Janvier 2023

Bravo à tous les franciliens qui ont participé aux championnats du Monde en Eau Glacée et plus particulièrement à :


 Ludivine BLANC de l'AAS SARCELLES NATATION 95 est devenue Championne du Monde du 50m Dos Eau Glacée en 33''19 (Record du Monde), du 100m NL Eau Glacée en 1'04''42 (Record du Monde) et du 50 NL Eau Glacée en 28''85 (Record du Monde).

 FOINY Audrenn du CN PLESSIS-ROBINSON est devenue Vice-Championne du Monde du 1000m NL dames en Eau Glacée en 13'49''54 et du 500m NL en Eau Glacée en 6'37''19.

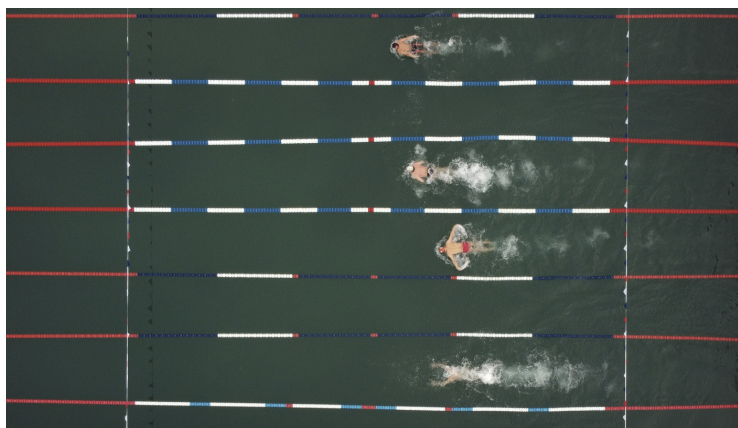
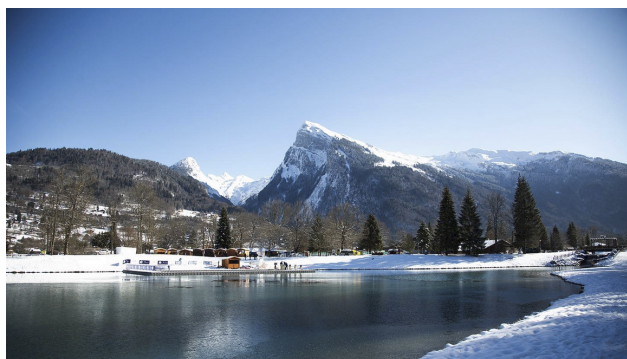
 Axel REYMOND de l'AAS SARCELLES NATATION 95 a pris la 3ème place du 1000m NL Eau Glacée en 11'49''40. Il termine au pied du podium au 500m NL Eau Glacée en 5'39''75.

 Constance DUCREUX du NEPTUNE CLUB DE FRANCE termine 3ème du 250m NL Eau Glacée en 3'12''57

Tiffany PIERREJEAN de l'AAS SARCELLES NATATION 95 termine au pied du podium du 100m Papillon Eau Glacée en 1'17''28.

 Et le relais 4 x 250 NL Eau Glacée Français composé de 3 franciliens termine 3ème en 11'57''49 (POIRIER Virgile du CSM PUTEAUX, FOINY Audrenn du CN PLESSIS-ROBINSON et d'Axel REYMOND de l'AAS SARCELLES NATATION).

Retrouvez tous les résultats via le lien [ici](#).





## WATER-POLO

## 3e place pour le Cercle 93 lors du Trophée Pierre Garsau

Félicitations à l'équipe du Cercle 93 qui a obtenu la médaille de bronze lors du trophée Pierre Garsau qui s'est déroulé à Aix en Provence du 19 au 21 janvier 2023 et regroupait les 8 meilleures équipes masculines du championnat Elite.



## NATATION ARTISTIQUE

### Collectif Avenirs Ile-de-France

Le premier regroupement du collectif Avenirs c'est déroulé le 8 janvier à Pontault Combault.

La totalité du groupe a travaillé très consciencieusement, cette première journée a permis de resituer le niveau des athlètes et de retravailler les bases.

Etaient en charge du groupe Svetlana ZAITSEVA (Entraîneur National de gymnastique rythmique) & Coralyne LEMAIRE (Entraîneur au club de Pontault-Combault) assistées de Laurence DOISNEAU et Liliana MEDINA (responsables des CAF de Corbeil Essonnes et du Stade Français).

Entraîneur en formation et très active Adeline HADI du club Entente de St Leu. Nous avons reçu la visite de Dominique BASSET Directeur technique de la Ligue d'Ile de France.

Prochain rendez-vous : le dimanche 5 Février 2023 à Paris

Nous remercions les clubs qui ont répondu favorablement à l'accueil du collectif, pendant leurs heures d'entraînements : Corbeil Essonnes, les Aquarines, Stade Français et éventuellement Drancy.

Petit rappel ces demi-journées servent également de formation pour tous les Entraîneurs surtout les plus jeunes.

Seule contrainte : se signaler à la commission de Natation Artistique la semaine qui précède le rassemblement.

Une vidéo du travail au sol réalisé durant cette première séance sera prochainement disponible.

### Calendrier sportif

Calendrier sportif mis à jour avec la nomination des Juges-Arbitres. Encore 2 compétitions de disponibles, n'hésitez pas à vous positionner.

Date	Compétition	LIEU	JUGE ARBITRE
11/12 février 2023	Tournoi de Ballets	Rueil ?	M RULLIERE/MC MONGIAT
19-mars-23	SYNCHRO NAT	Cergy	A GANDON/E LUCOT
25/26 mars 2023	Championnats Nationale 3 et Nationale 2 Juniors	Massy	A ALBARRAN/A DE MEULEMEESTER
8/9 avril 2023	Championnats Nationale 3 Jeunes	Massy	MC MONGIAT/L DOISNEAU
6/7 mai 2023	Championnats Nationale 2 Jeunes	Massy	M ESTEVES/A ALBARRA
13/14 mai 2023	Championnats Nationale 3 Avenirs	Massy	N LAVOUX/MC MONGIAT
3 / 4 juin 2023	Eliminatoire Challenge Promo	Chelles ?	M ESTEVES/A MATHIAS
10/11 juin 2023	Championnats Nationale 3 et Nationale 2 Séniors Championnats Nationale 2 Avenirs		MC MONGIAT/N LAVOUX
17/18 juin 2023	Finale Challenge Promo et Challenge catégorie B	Massy	M ESTEVES/A ALBARRA
24-juin-23	Animation Poussines	Corbeil ?	L DOISNEAU/M LAMAGNIERE
25-juin-23	SYNCHRO'NAT		

# NATATION ARTISTIQUE

## Programme de compétition, piscine le Nautil

Samedi 28 & Dimanche 29 Janvier 2023

Piscine le Nautil

RD 21 - 77140 PONTAULT COMBAULT

Juges Arbitres : Sandrine LAGABBE/Pauline ROUALEN

**ATTENTION CE PROGRAMME EST VALABLE UNIQUEMENT  
SI NOUS AVONS 20 JUGES PAR ½ JOURNEE**

**MERCI DE NE PAS ENTRER DANS LA PISCINE AVANT L'HORAIRE INDIQUE ET TANT QU'UNE PERSONNE DU CLUB  
DES AQUARINES NE VOUS Y INVITE**

➤ **Samedi catégorie Jeune** : Ouverture des portes à 14H00

*Si assez d'officiels (juges, secrétariat et Délégués aux nageurs) il y aura 3 groupes (2 pour les imposées et 1 pour les écarts)*

- |                 |                                |
|-----------------|--------------------------------|
| ▪ 14h15 - 14h45 | Echauffement imposés et écarts |
| ▪ 15h00 - 16h45 | Réunion jury                   |
| ▪ 15h00 - 16h45 | Début des imposés              |
| ▪ 15h15 - 16h30 | Début des écart (2/2)          |
| ▪ 17h00 - 17h30 | Echauffement natation          |
| ▪ 17H30         | Explications du starter        |
| ▪ 17H45 - 19H00 | Natation                       |
| ▪ 19H30         | Remise des récompenses         |

➤ **Dimanche catégorie Avenir** : Ouverture des portes à 13H00

- |                 |                         |
|-----------------|-------------------------|
| ▪ 13H15 - 14H00 | Echauffement Imposés    |
| ▪ 14H14         | Réunion jury            |
| ▪ 14H30         | Début des imposés       |
| ▪ 16H45 - 17H15 | Echauffement natation   |
| ▪ 17H25         | Explications du starter |
| ▪ 17H30 - 19H15 | Natation                |
| ▪ 17H45         | Début des écart (3/3)   |
| ▪ 19H30         | Remise des récompenses  |

# FORMATION ERFAN

## Formation BNSSA



# FORMATION BNSSA

Brevet national de sécurité et de sauvetage aquatique



*Inscriptions* →

**20 au 25 Février 2023**

**Montreuil (93)**

**Est Ensemble Grand Paris**  
pour le climat et la justice sociale!

ou via le lien sur le site



INFO - CONTACT  
 erfan@lif-natation.fr  
 01 40 31 19 52



# FORMATION ERFAN

## Formation BPJEPS AAN



**AVEC LA LIGUE ILE-DE-FRANCE DE NATATION ET LE CREPS**

**DEVENEZ MAÎTRE-NAGEUR SAUVETEUR EN OBTENANT LE BPJEPS AAN**

Brevet Professionnel de la Jeunesse, de l'Education Populaire et du Sport - Activités Aquatiques et de la Natation




**ERFAN ILE DE FRANCE**

**6 mars au 5 décembre 2023**  
inscription avant le Vendredi 27 Janvier 2023

**Prérequis :** avoir 18 ans

**Tests de sélection :** Jeudi 09 et vendredi 10 février 2023

**Positionnement :** Jeudi 16 et vendredi 17 février 2023.

**Heures en centre :** 630 h - sur le site du Creps à Chatenay Malabry

**Alternance :** 410 h - sur ces heures, mise à disposition au club et à la collectivité avec conventionnement

**Formation ouverte à l'apprentissage**  
 Contrat d'apprentissage possible  
 Formation prise en charge  
 + salaire mensuel  
 + aide pour l'employeur

Il serait souhaitable que le candidat soit déjà titulaire du PSE1 et du BNSSA (toutefois dans le cas contraire, nous serions en mesure de vous proposer un parcours complet PSE1 + BNSSA + BPJEPSAAN)



**DEVENIR MAÎTRE-NAGEUR SAUVETEUR ? C'EST POSSIBLE.**

**LE PARCOURS**

**Sous contrat d'apprentissage :** Les candidats sont salariés de la Ligue et mis à disposition en priorité des clubs fournissant des candidats - à l'exception des 2 mois d'été où ils seront positionnés sur les opérations estivales franciliennes.

Rémunérations des Apprentis	Financements de la Formation
• 18 - 20 ans : 721 €	• Prise en charge de l'apprentissage : 8700 €
• 21 - 25 ans : 889 €	• Autre prise en charge : 7560 €
• + 25 ans : 1678 €	• Frais de gestion (non remboursable) : 25 €

**RENSEIGNEMENTS**

Fiche complète et inscription sur le site du CREPS : <https://www.creps-idf.fr>

**CREPS :** Yann Callanquin | [Yann.callanquin@creps-idf.fr](mailto:Yann.callanquin@creps-idf.fr)  
**ERFAN :** Jérôme Chastagner | [j.chastagner@lif-natation.fr](mailto:j.chastagner@lif-natation.fr)

**Une visio de présentation du dispositif aura lieu le mardi 10 Janvier 2023 à 19h30**  
[Le lien ici](#)

Avec le soutien de la Région Ile-de-France et en partenariat avec le CREPS, la Ligue Ile-de-France de Natation au travers de l'ERFAN lance un BPJEPS AAN à partir de mars 2023.


Ce dispositif permet aux futurs stagiaires d'être en contrat d'apprentissage avec la Ligue avec une mise à disposition auprès des clubs et collectivités. Toutes les informations ainsi que les modalités d'inscription (date limite le 27 janvier 2023) sont dans le lien [ici](#).

# NATATION COURSE

## Prochains Meetings sur la Région



## Offre d'emploi

A close-up photograph of a person's hand holding a small white rectangular card. The person is wearing a dark suit jacket, a white shirt, and a dark tie. The card is held in the center of the frame, and the text on it is the main focus. The background is a solid dark blue color.

**Retrouvez toutes les  
offres d'emploi  
publiées sur le site de  
la Ligue sont  
[ici](#)**

# Nos partenaires



**MINISTÈRE  
DES SPORTS**

*Liberté  
Égalité  
Fraternité*







## Ligue Île-de-France de Natation

163 Boulevard Mortier - 75020 Paris

Email : [lif@lif-natation.fr](mailto:lif@lif-natation.fr)

Site web : [www.lif-natation.fr](http://www.lif-natation.fr)

Facebook: [www.facebook.com/iledefranceNatation](http://www.facebook.com/iledefranceNatation)

Instagram: [www.instagram.com/ligue\\_idf\\_natation](http://www.instagram.com/ligue_idf_natation)

LinkedIn: <https://www.linkedin.com/company/ligue-ile-de-france-de-natation/>