



Bulletin 2015



Le Bulletin du Sporting Bulle Natation

Les informations

	Page
- Comité du SPB	3
- Le mot du président	4
- Photos souvenir	5
- Merci à nos Sponsors	6
- Les bienfaits de la natation	12
- L'année en images	16
- Tableau des honneurs	41
- Liste des membres	50
- Records bullois	53
- Horror picture show	54
- Evénements à venir	55

Les Sorties

	Page
- Minicamp	8
- Ski Nautique	13
- Europapark	14
- 24 heures nautiques	16
- Rafting sur l'Aar	21
- Initiation à la grimpe	23
- Camp d'entraînement à Cannes	26
- Bernaqua	29
- Curling	31
- Sortie en raquettes	33
- Swim-a-thon	35

Les Meetings

	Page
- Rencontres genevoises	7
- 4*50m, meeting interne	7
- Meeting de printemps	8
- Coupe de la Jeunesse	8
- Meeting de Payerne	10
- Meeting de la Riviera	10
- Championnats fribourgeois	11
- MISO	13
- Meeting de la Jeunesse	14
- Meeting de la côte	17
- CR d'été	20
- Championnats bullois	21
- Championnats Suisse d'été	22
- Berner Schwimmtage	23
- Coupe Jack Kaeser	24
- Mémorial Michel Bally	25
- Meeting des Rives du Lac	26
- Meeting NSG demi-fond	27
- Challenge Red Fish	30
- Meeting des jeunes Zaehringen	31
- Meeting de la St.-Nicolas	32
- SVE Cup Nottwil	33
- Meeting de Bulle	34
- Meeting de Sion	34
- Championnats Romands espoirs	36
- Meeting Lémanique	40

IMPRESSUM

Bulletin no 16, mars 2015

Réalisation: Silvio Bisaz

Merci à tous les rédacteurs

En couverture: Elites, Compétition 1 et 2 à Cannes

COORDONNÉES

Sporting Bulle Natation

Case postale 70

1630 Bulle

www.spbulle.ch

info@spbulle.ch

Comité du Sporting Bulle Natation

PRÉSIDENT

Pierre Vannart
Ch. de la Cascade 58
1666 Grandvillard
p.vannart@vannart.ch
026/ 928 23 25

VICE-PRÉSIDENT

REPRÉSENTANT DES PARENTS

Silvio Bisaz
Rue du Bugnon 6
1661 Le Pâquier-Montbarry
sbisaz@gmail.com
079 / 560 17 54

SECRÉTAIRE

Sophie Kohli
Route des Chaffaz 16
1679 Villaraboud
sophiekohli@gmail.com
079 / 697 96 40

RESPONSABLE DU MATÉRIEL

REPRÉSENTANT DES NAGEURS

Florian Thorin
Route du Tôt 13
1667 Enney
florian_thorin@yahoo.fr
079/ 696 32 33

CAISSIER

Frédéric Neuhaus
Route de la Croix 172
1633 Marsens
frederic.neuhaus@websud.ch
026/ 915 07 70

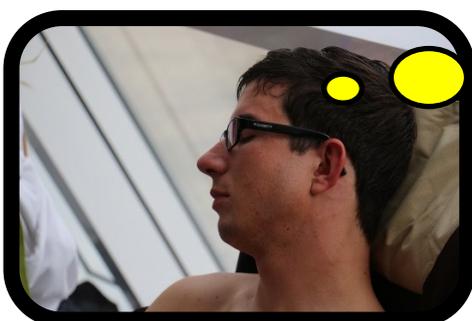
RESPONSABLE SWIMATHON/

24 HEURES DU LOCLE

Murielle Meys
Rue de la Clémence 43
1665 La Tour-de-Trême
murielle.meys@gmail.com
079/ 560 91 24

CHEF TECHNIQUE, COACH J+S

David Yerly
Rte de la Gîte 18
1635 La-Tour-de-Trême
david_yerly@bluewin.ch
079/ 671 23 45



Bienfaits de la natation:

Grâce à une pratique régulière de la natation, la puissance et l'efficacité du cœur augmentent. Son travail est facilité au repos comme à l'effort. La natation permet ainsi de réduire certains facteurs de risque des maladies cardio-vasculaires

Le mot du président

C'est déjà fini, l'année du 50^{ème} est terminée et comme nous vous l'avions annoncé, il y a un an, nous avons eu 12 fois l'occasion de nous retrouver en dehors de la piscine. Les activités qui vous ont été proposées ont eu plus ou moins de succès selon les périodes et selon leur côté récréatif ou sportif, mais elles ont généralement été bien fréquentées et toujours avec des personnes de qualité. Les finances ont évidemment souffert passablement cette année puisque nous avons la volonté de supporter la majorité des frais au moyen des réserves accumulées par le club depuis 50 ans. Heureusement il reste quand même quelques sous au fond de la caisse et nous pouvons faire confiance à notre trésorier pour retrouver rapidement l'équilibre budgétaire indispensable au bon fonctionnement de votre club favori.



Oui j'ai dit trésorier et pas trésorière, car Lorenza a dû quitter sa fonction au comité. Elle a, en effet, repris une formation professionnelle qui lui prend tout son temps libre et nous avons eu la chance de lui trouver très vite une relève de qualité. Frédéric Neuhaus nous a très gentiment proposé de se joindre à nous et nous lui en sommes reconnaissants. Nous avons également un autre départ du comité, qui était annoncé depuis l'année passée. Pierre-Alain va laisser sa place et nous avons eu la chance de recevoir la candidature de Sophie Kohly pour la reprise d'une fonction au sein du comité.

Ces changements ne sont pas anodins pour le Sporting. En effet la moyenne d'âge y a bien baissé depuis l'année passée, et nous sommes fiers de constater que notre jeunesse prend une part de plus en plus active dans la gestion du club. C'est une jeunesse de qualité, et les effets de cette dynamique se sont incroyablement fait ressentir. Les performances de nos nageurs ont crevé le plafond, les records du club ont été améliorés, les jeunes recrues de l'école de natation sont toujours plus nombreuses et l'enthousiasme qui règne à l'entraînement est un véritable bain de jouvence pour les « vieux nageurs ».

Les anciens nageurs sont effectivement revenus au club puisque nous sommes parvenus à leur libérer une plage horaire pour nager dans une section Masters. David a aussi complètement remanié les groupes d'entraînement pour créer des sous-sections qui permettent aux nageurs de mieux se situer dans leurs objectifs, et permettre aux jeunes de plus de 20 ans de continuer à nager sans une recherche effrénée de performance.

Du côté de l'association régionale de la Gruyère, les choses bougent aussi. Le projet de centre sportif gagne en consistance, et nous pouvons envisager de voir nos activités déplacées dans une piscine plus grande près du CO de La-Tour-de-Trême d'ici l'horizon 2020. Ce sera une formidable opportunité pour le club de grandir et pouvoir offrir encore plus de possibilités d'entraînement. Je vous invite tous à soutenir cet investissement indispensable à une ville qui détient le record suisse de la croissance démographique.

Je vous laisse profiter de cette édition 2015 du journal du club dans laquelle Silvio a mis toute son âme et tout son savoir-faire, dans le but de vous plaire et de vous remémorer les bons moments de l'année écoulée. Je le remercie sincèrement pour ce travail qui n'est de loin pas le plus facile de l'année.

Bien à vous tous, votre président.

Photos souvenir



Merci à nos Sponsors



Votre partenaire bien-être...



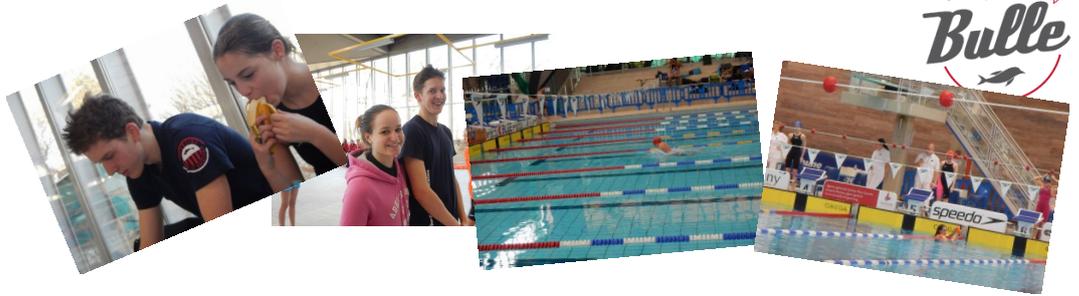
glaströsch



swisscom



Meetings



Rencontres genevoises: 08.-09.03.2014

Première compétition en grand bassin de la saison, les 38èmes Rencontres genevoises se sont déroulées les 8 et 9 mars 2014. Quel plaisir de nager dans ce magnifique bassin olympique couvert des Vernets ! Leïla, Mathilde, Tania, Olivier et Niels y nagent tous pour la première fois de leur carrière, et quelle première ! Confrontés aux plus grands clubs de suisse romande, nos cinq nageurs pulvérisent leurs meilleures performances personnelles (progression moyenne de 118% !) et décrochent un total de 10 médailles (Niels et Leïla 4 chacun ; Tania et Mathilde 1 chacune). Le SPB se situe ainsi 10^e des 18 clubs présents à ce meeting, et avec l'une des plus petites délégations du weekend. A relever l'excellent 50m brasse de Leïla en 38.25 - nouveau record du club et qui la propulse au 7^e rang suisse de son âge - et les 2 nouveaux records du club de Mathilde (400m et 800m libre).

Bravo à tous et rendez-vous l'année prochaine.

David

4*50 m, concours interne - 01.04.2014

Nageuses	50 m dauphin	50 m dos	50 m brasse	50 m libre	Total
Dupré Leïla	37.410	38.370	38.780	34.400	02:28.960
Biland Tania	37.690	44.590	42.610	33.040	02:37.930
Schouwey Mathilde	37.440	41.780	46.110	33.810	02:39.140
Schick Sophia	39.320	41.400	45.930	34.600	02:41.250
Savary Mélanie	37.730	41.990	48.390	35.360	02:43.470
Maradan Pauline	40.910	40.590	49.220	36.430	02:47.150
Perrenoud Lucie	43.170	41.540	48.130	36.070	02:48.910
Bussard Alessia	42.890	40.620	50.630	36.370	02:50.510
Berset Lucie	44.130	44.690	47.980	37.340	02:54.140
Bays Léa	45.150	44.640	46.180	39.400	02:55.370
Agustoni Stéphanie	37.180	49.090	51.170	39.100	02:56.540
Tollenaar Camille	48.150	44.810	45.650	39.030	02:57.640
Thieblemont Coralie	50.120	43.800	47.450	37.570	02:58.940
De Raemy Céline	45.300	46.060	50.780	38.550	03:00.690
De leur Marie	45.780	44.320	54.310	37.930	03:02.340
Morel Félicie	50.800	46.620	53.690	40.440	03:11.550
Chevalley Julia	24.260	56.970	01:03.710	48.400	03:13.340
Beutler Gwendoline	49.180	53.180	58.870	43.790	03:25.020
De Raemy Chloé	54.330	54.450	53.550	46.850	03:29.180
Ramel Morgane	54.280	56.200	53.650	46.930	03:31.060
Hemmer Anaëlle	55.580	55.060	58.390	52.300	03:41.330
Schaller Juliana	52.660	55.310	01:01.160	54.130	03:43.260
Chassot Claire	51.420	58.160	01:03.900	51.990	03:45.470
Bays Sarah	51.680	58.900	01:02.130	56.210	03:48.920



Nageurs	50 m dauphin	50 m dos	50 m brasse	50 m libre	Total
Gardon Léandro	29.950	31.750	39.230	27.060	02:07.990
Jung Olivier	32.490	34.490	38.720	27.760	02:13.460
Bisaz Flavio	32.320	35.080	39.560	29.790	02:16.750
Hemmer Lucien	37.070	39.400	38.930	32.200	02:27.600
Tercier Julien	36.190	39.020	44.440	31.210	02:30.860
Bisaz Niels	35.540	38.710	44.780	32.480	02:31.510
Esseiva Tristan	44.430	47.620	52.700	37.910	03:02.660
Duc Andeol	50.280	50.350	55.670	39.310	03:15.610
Neuhaus Maxime	51.480	49.200	01:05.250	41.840	03:27.770

Meetings



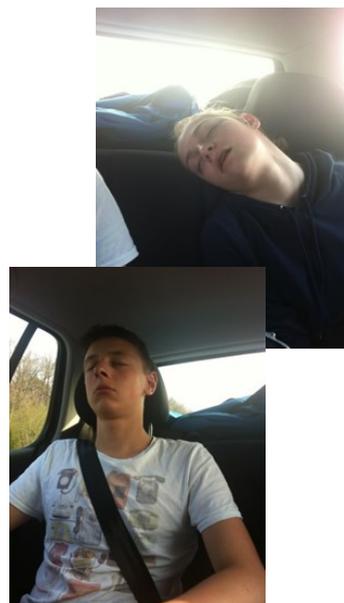
Meeting de Printemps, Petit Lancy: 05.04.2014

Après un dur réveil à 4h30 du matin, direction la piscine pour un départ prévu à 5h30. Flavio, Olivier, Tania, Lucie Perrenoud, Leila et Julien n'étaient pas autant au taquet que d'habitude mais ils ont connu pire. Dans les voitures, pendant que tous les nageurs dormaient, Silvio a eu la brillante idée de nous réveiller par un superbe flash qui lui a coûté 200fr. Fallait pas Silvio !

Après un échauffement dans une piscine pleine à ras bord de nageurs et de nageuses, les courses commencèrent. Elles se composaient de 100m dans chaque nage. Ensuite les 8 premiers de chaque catégorie d'âge, classés par leurs temps aux 100m, étaient qualifiés pour un 200m 4 nages. Que de MPP ! dirait David ; en effet, avec un pourcentage de 102%, le SPB se classe dans le milieu du tableau des clubs. Grâce à leurs MPP, Leila et Flavio parviennent à se qualifier pour les finales. Ils se classent, 8^e pour Flavio et 6^e pour Leila. Bravo à eux deux ! Et ce que l'on peut dire, c'est qu'ils se sont donnés car à voir les photos prises sur le chemin du retour, ils sont cuits !

Messieurs		Pts.		Meilleur temps personnel précédent		
BISAZ, Flavio - 1999						
100m Libre	Finale directe	9.	1:04.31	341	25m	1:05.90 105.0% 25 jan 2014
100m Dos	Finale directe	9.	1:14.96	278	25m	1:15.93 102.6% 25 jan 2014
100m Brasse	Finale directe	8.	1:28.89	262	25m	
100m Papillon	Finale directe	4.	1:12.39	300	25m	1:14.18 105.0% 25 jan 2014
200m 4 nages	Finale directe	8.	2:40.03	321	25m	2:44.90 106.2% 29 sep 2013
HEMMER, Lucien - 1997						
100m Libre	Finale directe	31.	1:11.61	247	25m	1:11.67 100.2% 25 jan 2014
100m Dos	Finale directe	disq.	1:26.48	-	25m	
100m Brasse	Finale directe	16.	1:24.52	284	25m	1:26.41 104.5% 25 jan 2014
100m Papillon	Finale directe	30.	1:27.79	168	25m	
JUNG, Olivier - 1997						
100m Libre	Finale directe	23.	1:04.14	343	25m	1:06.73 108.2% 12 mai 2013
100m Dos	Finale directe	20.	1:16.95	257	25m	1:18.22 103.3% 11 mai 2013
100m Brasse	Finale directe	22.	1:28.67	246	25m	1:31.18 105.7% 12 mai 2013
100m Papillon	Finale directe	26.	1:17.14	248	25m	
TERCIER, Julien - 1997						
100m Libre	Finale directe	29.	1:08.53	282	25m	1:07.95 98.3% 25 jan 2014
100m Dos	Finale directe	26.	1:22.04	212	25m	1:20.60 96.5% 25 jan 2014
100m Brasse	Finale directe	26.	1:35.05	200	25m	
100m Papillon	Finale directe	29.	1:23.12	198	25m	
Dames						
		Pts.		Meilleur temps personnel précédent		
DUPRÉ, Leila - 2000						
100m Libre	Finale directe	9.	1:11.40	364	25m	1:16.87 115.9% 25 jan 2014
100m Dos	Finale directe	10.	1:20.89	318	25m	
100m Brasse	Finale directe	2.	1:24.20	412	25m	1:25.43 102.9% 9 fév 2014
100m Papillon	Finale directe	5.	1:19.82	328	25m	
200m 4 nages	Finale directe	6.	2:48.59	403	25m	3:00.47 114.6% 29 sep 2013
PERRENOUD, Lucie - 2001						
100m Libre	Finale directe	15.	1:18.76	271	25m	1:28.04 125.0% 12 mai 2013
100m Dos	Finale directe	15.	1:29.58	234	25m	
100m Brasse	Finale directe	13.	1:40.68	241	25m	
100m Papillon	Finale directe	16.	1:42.61	154	25m	

Julien



Coupe de la Jeunesse, Burgdorf 12.-13.04.2014

Une première pour le Sporting Bulle Natation, un nageur est retenu dans l'équipe RSR (Région suisse Romande) pour la coupe de la Jeunesse. La Coupe jeunesse de natation est une compétition faisant partie du concept de la relève de «Swiss Swimming». Elle se compose de cinq «Coupes jeunesse régionales» et d'une «Coupe jeunesse suisse». Elle sert en premier lieu à promouvoir les nageurs "Espoirs" et à identifier des talents dans les régions. Pour les épreuves individuelles, les catégories d'âges J12(-), J13, J14, J15 et J16 avec 2 nageurs par région sont valables. Pour les épreuves de relais, les mêmes catégories d'âges sont valables. Chaque région peut inscrire un relais par catégorie

Pour Niels un dur apprentissage, après avoir loupé sa course du samedi (1:14.08 sur 100 m libre) il a été désélectionné par les entraîneurs de la RSR pour le relais du dimanche (même sort pour deux jeunes nageuses du Fribourg Natation). Mais il a eu la possibilité de se mesurer aux meilleurs nageurs de son âge au niveau suisse et réaliser ce qui manque pour arriver à leur hauteur.



Minicamp, Lenk



25.04-27.04.2014

Le trajet à la Lenk nous a semblé long. Une fois arrivés au centre Kuspo, nous étions tous bien contents. Malgré la pluie et le mauvais temps, l'ambiance était tout de même parfaite. Chaque soir nous jouions tous ensemble soit aux cartes soit à d'autres jeux. Le dortoir des garçons avait une odeur excellente :-). La nourriture était bonne la plupart du temps.

Chaque jour, nous nous sommes déplacés à pied vers la piscine. Les entraînements étaient durs et exigeants mais heureusement qu'il y avait le relax dans le bassin d'eau chaude et les petits en-cas préparés par nos accompagnateurs. Pour joyeusement finir ce camp à la Lenk, nous sommes allés faire un bowling à Château d'Oex. Ce week-end nous a permis de changer de piscine et de se préparer pour les prochains meetings. La très bonne expérience est à refaire l'année prochaine.



Niels



Débat du samedi soir

Un débat a eu lieu le samedi soir pour discuter de plusieurs sujets (les meetings, les entraînements, les entraîneurs, les activités, les camps d'entraînement, l'image du club, le rôle des parents, l'ambiance, le site et d'autres). Ce qui est à retenir de cette discussion entre nageurs, entraîneurs et parents :

1. **Nageurs** : Apprécient la possibilité de plusieurs entraînements par semaine, souhaitent avoir plus de mini-camps, c'est une formule qui séduit les nageurs. La communication doit être améliorée.
2. **Entraîneurs** : Le temps est limité pour des entraînements, donc l'attente est d'être à l'heure, de respecter les directives et de participer activement.
3. **Parents** : Le fonctionnement du Sporting Bulle Natation est basé sur une participation active des parents (transports, encouragements, soutien lors des activités).

Tous ces points sont pris en considération. Diverses mesures sont mises en place (Charte sportive, Site www.spbulle.ch, communication, planification, organisation d'autres mini-camps).

Pour une ambiance saine au sein du Sporting Bulle Natation

Silvio



Meetings



Meeting de Payerne : 03.05.2014

Nous voilà à nouveau présents pour le célèbre concours interne organisé par le Payerne Natation. Ce meeting permet aux novices de s'initier aux joies des rendez-vous matinaux et du stress dû aux compétitions. Mais il permet aussi aux habitués de remplir la caisse des médailles ! En effet, cette année encore, le Sporting Bulle Natation a remporté de nombreuses courses. Notons aussi le bel esprit d'équipe présent notamment dans les différentes équipes de relais. En somme, belle matinée basée sur un bel esprit de compétition et une bonne ambiance de groupe.

Encore bravo à tous et à l'année prochaine !

Valentine et Nicolas



Meeting de la Riviera, Montreux: 03.05.2014

Le meeting de la Riviera s'est déroulé à Montreux du 3 au 4 mai 2014. Le samedi, les nageurs accompagnés par Dena, posent un lapin à ce cher meeting de Payerne (où les médailles se ramassent à la pelle par les bullois) pour se mesurer à des nageurs de haut niveau dans les longues distances (400m, 800m et 1500m libre ; 400m 4N).

Petit cours de mathématiques pour Flavio :

400m 4N = 4x100m 4N. En grand bac, 100m = 2 traversées. Fin du cours.

Dimanche, les nageurs bullois font très bonne figure pour les 50, 100 et 200m. Les MPP s'enchaînent, et quelques médailles couronnent le tout (Leila 1^{ère} du 100m brasse et 3^e du 400m 4N ; David 3^e du 100m dos). Bravo à toutes et à tous !

Autres points à relever : La gentillesse de certains nageurs du Fribourg-natation, qui ont accepté de faire des corrections techniques aux bullois. Une bonne entente règne actuellement entre les grands clubs fribourgeois ! On apprend enfin l'existence d'un certain Antonio Djakovic (2002) de Frauenfeld, meilleur nageur suisse de son âge de tous les temps dans... toutes les nages ! A suivre avec attention.

David





Meetings

Championnats fribourgeois, Morat: 10.-11.05.2014

Un grand bravo aux 22 nageurs et nageuses qui ont brillamment défendu les couleurs du SPB lors de ces championnats fribourgeois ! Avec un total de 19 médailles, notre club se situe désormais à la deuxième place derrière Fribourg au niveau cantonal.

David



BAYS, Léa - 1999						
50m Libre	Finale directe	11.	36.22	264	25m	37.78 108.8%
100m Libre	Finale directe	11.	1:24.53	219	25m	1:31.63 117.5%
100m Brasse	Finale directe	9.	1:36.40	275	25m	1:41.04 109.9%
BERSET, Lucie - 1998						
50m Libre	Finale directe	9.	35.01	292	25m	34.65 98.0%
100m Libre	Finale directe	9.	1:18.77	271	25m	1:19.03 100.7%
100m Brasse	Finale directe	13.	1:42.29	230	25m	1:38.09 92.0%
BERSET, Marie - 2000						
50m Libre	Finale directe	7.	37.76	233	25m	39.27 108.2%
100m Libre	Finale directe	8.	1:26.37	206	25m	1:30.08 108.8%
BILAND, Tania - 1996						
50m Libre	Finale directe	5.	32.02	382	25m	
100m Libre	Finale directe	5.	1:11.21	367	25m	
400m Libre	Finale directe	6.	5:30.86	357	25m	
100m Dos	Finale directe	5.	1:22.51	299	25m	
100m Brasse	Finale directe	8.	1:33.81	298	25m	
BUSSARD, Alessia - 2001						
100m Dos	Finale directe	4.	1:31.84	217	25m	1:51.45 147.3%
100m Papillon	Finale directe	3.	1:30.10	228	25m	
DE LEUR, Marie - 2000						
400m Libre	Finale directe	9.	6:30.48	217	25m	
100m Dos	Finale directe	7.	1:40.40	166	25m	
DUPRÉ, Leila - 2000						
50m Libre	Finale directe	2.	31.97	384	25m	33.41 109.2%
100m Libre	Finale directe	2.	1:11.05	370	25m	1:11.40 101.0%
100m Dos	Finale directe	1.	1:24.45	279	25m	1:20.89 91.7%
100m Brasse	Finale directe	1.	1:23.35	425	25m	1:24.20 102.0%
100m Papillon	Finale directe	1.	1:21.30	310	25m	1:19.82 96.4%
200m 4 nages	Finale directe	1.	2:47.16	414	25m	2:48.59 101.7%
FERNANDEZ, Marie - 2000						
100m Dos	Finale directe	disq.	1:41.92	-	25m	
100m Papillon	Finale directe	4.	1:46.61	137	25m	
200m 4 nages	Finale directe	5.	3:27.20	217	25m	
MARADAN, Pauline - 1999						
50m Libre	Finale directe	10.	35.16	289	25m	34.10 94.1%
100m Libre	Finale directe	8.	1:18.00	279	25m	1:18.71 101.8%
PERRENOUD, Lucie - 2001						
100m Dos	Finale directe	3.	1:30.58	226	25m	1:29.58 97.8%
100m Papillon	Finale directe	disq.	1:39.62	-	25m	
200m 4 nages	Finale directe	4.	3:16.64	254	25m	3:23.99 107.6%
RAMEL, Morgane - 2000						
50m Libre	Finale directe	11.	44.27	144	25m	42.60 92.6%
100m Libre	Finale directe	9.	1:44.51	116	25m	1:37.65 87.3%
100m Brasse	Finale directe	8.	1:50.67	181	25m	1:52.19 102.8%
SAVARY, Melanie - 1996						
50m Libre	Finale directe	7.	33.61	331	25m	33.22 97.7%
100m Libre	Finale directe	7.	1:16.18	300	25m	1:14.50 95.6%
100m Dos	Finale directe	6.	1:30.30	228	25m	1:49.74 147.7%
100m Brasse	Finale directe	10.	1:40.86	240	25m	1:45.80 110.0%
100m Papillon	Finale directe	5.	1:25.11	270	25m	1:22.98 95.1%
200m 4 nages	Finale directe	4.	3:06.66	297	25m	
400m 4 nages	Finale directe	1.	6:37.26	283	25m	
SHICK, Sophia - 2000						
50m Libre	Finale directe	3.	32.84	354	25m	
100m Libre	Finale directe	3.	1:16.11	301	25m	
100m Brasse	Finale directe	5.	1:39.59	249	25m	
THIEBLEMONT, Coralie - 1997						
50m Libre	Finale directe	8.	34.17	315	25m	35.70 109.2%
100m Libre	Finale directe	10.	1:20.99	249	25m	1:21.51 101.3%
100m Brasse	Finale directe	12.	1:42.21	230	25m	1:39.66 95.1%
TOLLENAAR, Camille - 1999						
50m Libre	Finale directe	13.	37.96	229	25m	39.21 106.7%
100m Libre	Finale directe	12.	1:24.77	217	25m	1:26.29 103.6%
400m Libre	Finale directe	8.	6:28.10	221	25m	
100m Dos	Finale directe	7.	1:36.38	188	25m	1:37.04 101.4%
100m Brasse	Finale directe	11.	1:40.93	239	25m	1:41.30 100.7%

LA LIBERTÉ «... c'est le Sporting Bulle Natation qui s'affirme sur la scène cantonale: le club gruérien a changé de chef technique à l'automne 2013, il a augmenté le nombre des entraînements hebdomadaires et les records tombent comme la grêle sur le joli mois de mai. «Nous nous entraînons cinq fois par semaine», souligne David Yerly, le nouveau chef technique du Sporting. «Et pour la première fois dans l'histoire du club, nous avons eu un champion romand: Niels Bisaz (né en 2002) a remporté le 50 m libre à Montreux. Chez les filles, Leila Dupré (née en 2000) est prometteuse. Avant ces championnats fribourgeois, 17 records du club étaient tombés. Ce ne sont pas les records de Fribourg, nous sommes bien d'accord, mais ça traduit quand même le nouvel élan du club.» A Morat, Niels Bisaz et Leila Dupré sont repartis avec 9 titres à eux deux...»

Jean Ammann, La Liberté du 13.05.2014

BISAZ, Flavio - 1999						
50m Libre	Finale directe	10.	29.22	335	25m	28.89 97.8%
100m Libre	Finale directe	10.	1:03.58	353	25m	1:04.31 102.3%
100m Dos	Finale directe	10.	1:15.99	267	25m	1:14.96 97.3%
100m Papillon	Finale directe	6.	1:11.34	313	25m	1:12.39 103.0%
200m 4 nages	Finale directe	8.	2:39.16	326	25m	2:40.03 101.1%
400m 4 nages	Finale directe	5.	5:36.74	342	25m	
BISAZ, Niels - 2002						
50m Libre	Finale directe	1.	31.89	257	25m	31.77 99.2%
100m Libre	Finale directe	1.	1:09.81	266	25m	1:10.50 102.0%
50m Dos	Finale directe	1.	38.31	205	25m	
50m Brasse	Finale directe	2.	43.79	191	25m	49.88 129.7%
50m Papillon	Finale directe	1.	34.84	244	25m	38.40 121.5%
100m 4 nages	Finale directe	1.	1:20.72	247	25m	1:22.38 104.2%
ESSEIVA, Tristan - 2000						
50m Libre	Finale directe	9.	34.83	197	25m	
100m Libre	Finale directe	9.	1:19.73	179	25m	
100m Brasse	Finale directe	9.	1:43.99	152	25m	
HEMMER, Lucien - 1997						
50m Libre	Finale directe	15.	30.92	282	25m	30.58 97.8%
100m Libre	Finale directe	14.	1:09.04	275	25m	1:11.61 107.6%
100m Dos	Finale directe	15.	1:29.25	164	25m	
100m Brasse	Finale directe	5.	1:22.63	304	25m	1:24.52 104.6%
100m Papillon	Finale directe	13.	1:30.92	151	25m	1:27.79 93.2%
JUNG, Olivier - 1997						
50m Libre	Finale directe	6.	27.45	404	25m	29.17 112.9%
100m Libre	Finale directe	8.	1:02.35	374	25m	1:04.14 105.8%
100m Dos	Finale directe	9.	1:14.37	284	25m	1:16.95 107.1%
100m Papillon	Finale directe	9.	1:14.92	270	25m	1:17.14 106.0%
TERCIER, Julien - 1997						
50m Libre	Finale directe	14.	30.80	286	25m	31.09 101.9%
100m Libre	Finale directe	13.	1:07.08	300	25m	1:07.95 102.6%
400m Libre	Finale directe	9.	5:09.11	323	25m	5:56.65 133.1%
400m Libre	1500m Libre, Finale directe	Temps de passage	5:25.62	276	25m	
800m Libre	1500m Libre, Finale directe	Temps de passage	11:03.74	298	25m	
1500m Libre	Finale directe	5.	20:47.68	316	25m	
400m 4 nages	Finale directe	7.	6:00.57	278	25m	
YERLY, David - 1991						
100m Dos	Finale directe	2.	1:06.27	402	25m	1:04.70 95.3%

Les Bienfaits de la natation

Vous avez sûrement déjà entendu que la natation est un sport bénéfique pour la santé, c'est peut être même l'une de vos motivations pour fréquenter la piscine hiver comme été. Les effets sont effectivement multiples et concernent aussi bien le physique que le mental. Voici donc un tour d'horizon des bienfaits de la natation.

Sur le système cardio-vasculaire

- baisse de la fréquence cardiaque au repos
- baisse de la tension artérielle
- amélioration de la circulation

Grâce à une pratique régulière de la natation, la puissance et l'efficacité du cœur augmentent. Son travail est facilité au repos comme à l'effort. La natation permet ainsi de réduire certains facteurs de risque des maladies cardio-vasculaires.

Sur les muscles et le squelette

- maintenir et développer la mobilité des articulations
- amélioration du tonus musculaire

La natation est un sport complet qui permet de faire travailler un grand nombre de muscles. Leurs tonus s'améliorent soulageant ainsi la charpente osseuse, ceci peut avoir un rôle positif sur les douleurs de genoux, de hanches ou de dos. C'est également un sport très adapté pour maintenir l'amplitude des articulations et réduire le risque d'arthrose. L'absence de choc évite des contraintes sur le squelette ce qui rend la natation praticable par le plus grand nombre.

Sur les risques de surpoids et de diabète

- dépense calorique importante pendant l'effort
- amélioration du métabolisme.
- réduction importante du risque de diabète de type 2.

La natation permet des efforts longs idéaux pour brûler un grand nombre de calories. Des muscles entraînés, brûleront également plus de calories au repos, l'activité sportive permet donc une augmentation du métabolisme pendant et après l'effort. La natation seule ne suffira probablement pas à faire maigrir mais elle est essentielle au contrôle du poids. Le diabète de type 2 est souvent dû à un excès pondéral ou un manque d'exercice physique, la natation permettra de réduire le risque d'apparition de cette maladie et permettra également au diabétique d'améliorer son équilibre glycémique.

Sur le mental

- procure du plaisir
- améliore l'estime de soi et la gestion du stress
- réduit l'anxiété et favorise des rythmes de sommeil sains
- peut permettre de tisser des liens relationnels

L'activité physique permet de faire une pause, de se détendre et de se changer les idées. C'est un moment de plaisir, on peut laisser les soucis aux vestiaires et les oublier pour un moment. La dépense physique favorise un sommeil de qualité ce qui améliore aussi l'équilibre psychologique. De plus, le sport permet souvent de nouer des liens avec les autres pratiquants. Quant aux activités de compétition, elles ont aussi des atouts particuliers sur le plan psychologique, elles permettent par exemple d'apprendre à mieux réguler le stress.

Conclusion

Les bienfaits de la pratique sportive sont donc multiples et la natation présente des avantages particuliers notamment au niveau musculaire et articulaire. Il n'est pas forcément nécessaire de s'entraîner de façon très intensive pour commencer à en bénéficier, 3 séances de 30 minutes par semaine à intensité modérée peuvent suffire pour ressentir les premiers effets positifs. Cependant ceux-ci n'apparaîtront pas immédiatement et il sera nécessaire d'être régulier et de pratiquer pendant plusieurs mois.

Les contre-indications à la pratique de la natation sont très rares. Pour une pratique de la natation en club, un certificat médical est obligatoire. Pour une pratique dans un cadre libre, une consultation n'en est pas moins conseillée surtout après 40 ans car les risques cardio-vasculaires deviennent plus importants.

Meetings



MJSO, Martigny: 17.05.2014

A 6h30, nous partons de Bulle pour le Valais où nous espérons trouver un temps plus clémente afin de participer à cette édition 2014 du mythique MISO. En effet, les séries au jingle accrocheur sont chaque année attendues par les nageurs. Cela met un peu de piment !! ☺ De "mon temps", je dirais même que cela faisait nager certains beaucoup plus vite ! Qu'en est-t-il aujourd'hui ?? Merci de me partager vos impressions.

Enfin et si on en revenait à notre Meeting... A Martigny, à notre arrivée, le temps n'était pas des plus radieux, ni des plus chaud. Malgré ça, tout le monde à l'eau pour le traditionnel échauffement. Bbbrrrr, ça caille !!! C'est toujours un moment très négocié par une poignée de nageurs : « on pourrait s'échauffer à sec ! », « on voit bien que ce n'est pas toi qui va dans l'eau ! », « je suis capable de faire une MPP sans échauffement ! », « oh, mais qu'est-ce que je fais là ! ». Et bien d'autres encore.

Heureusement, plus le concours avançait, plus les nuages s'en allaient et le soleil nous réchauffait. Hé, oui cela aide pour atteindre ces performances...

Malgré l'œil affuté des arbitres pour déceler la moindre petite faute - il faut dire qu'ils ont usé d'une nette fermeté, mais une fermeté juste durant ce meeting - nous pouvons « pleurer » une unique disqualification. Nous nous entraînons au « jeu de la statue » aux prochains entraînements. Sans rancune, Lucien, je me souviens bien de ce moment !

Pour terminer, je remercie Nadine pour sa collaboration et sa bonne humeur durant ce jour, ainsi qu'à tous les parents présents pour encourager nos jeunes !

Bravo à tous pour ces démonstrations et au prochain MISO !!

Mumu

Nageur	Dauphin		Dos		Brasse		Crawl	
Chloé	11	54'87''	18	51'31''	9	54'80''	22	54'42''
Leila	5	35'53''	9	40'04''	2	39'00''	8	32'41''
Sophia	18	41'67''	17	42'36''	17	46'10''	15	33'59''
Alessia	15	38'83''	13	40'75''	28	49'32''	21	34'95''
Lucie P.	25	44'76''	20	43'83''	19	47'14''	23	35'76''
Marie B.	29	47'03''	37	53'09''	26	49'30''	37	38'40''
Marie R.	32	49'33''	33	48'69''	38	53'47''	40	41'31''
Morgane R.	35	53'69''	39	56'65''	31	50'19''	42	42'62''
Lucie B.	23	46'11''	17	43'37''	16	48'93''	18	35'18''
Léa	25	46'74''	16	43'09''	12	47'07''	25	37'09''
Mélanie	6	37'34''	10	44'74''	10	48'86''	7	33'52''
Tania	11	39'95''	7	40'60''	5	44'94''	6	32'76''
Félicie	-		8	46'95''	-		10	39'67''
Niels	1	35'57''	1	40'22''	1	43'46''	1	31'82''
Tristan	9	42'67''	12	45'82''	11	50'87''	10	34'49''
Flavio	9	32'81''	10	37'63''	6	38'47''	11	29'04''
Olivier	9	33'04''	5	35'84''	11	39'66''	8	27'81''
Lucien	21	37'89''	13	39'82''	DISQ. bouger départ		16	30'31''



Evènements



Ski Nautique, Estavayer-le-Lac: 21.05.2014

La météo était clémente. En partant de Bulle il pleuvait fortement sur la région gruérienne, par contre à Estavayer-le-Lac, l'orage et les averses ont attendu la fin de la soirée.

Ainsi nous avons pu profiter d'une soirée de printemps et passer un moment de bonheur au bord du lac de Neuchâtel. Tout le monde a eu du plaisir, soit dans l'eau, soit en tant que spectateur ou finalement lors de la grillade qui suivait cette belle expérience.

Une activité ludique certes, mais pas facile pour débiter. Ainsi quelques-uns ont réussi du premier coup à faire le tour du téléski, d'autres ont dû essayer plusieurs fois avant de goûter aux plaisirs de ce sport aquatique.

Le lendemain, les avant bras en feu pendant l'exercice, nous rappelaient le bon souvenir du ski nautique. Le seul à ne pas avoir apprécié cette sortie était David, car les nageurs peinaient légèrement lors du meeting de samedi.....surtout en matière de mouvement des bras.

Silvio

Meeting de la Jeunesse, Nyon : 24.05.2014

Sporting Bulle Natation Meeting Jeunesse

Nyon (SUI) 24.05./25.05.2014

Aperçu des résultats

Grand bassin (50m)

Lastname, Firstname	YOB	Stroke	Pl.	Time Round	Stroke	Pl.	Time Round
Bays Léa	99:	50m Libre	Re.	37.96	50m Brasse	21	46.38
		100m Libre	49	1:25.66	100m Brasse	15	1:42.83
		50m Dos	22	43.93	50m Papillon	30	43.74
Berset Lucie	98:	50m Libre	29	35.36	50m Brasse	10	47.67
		100m Libre	29	1:21.76	100m Brasse	17	1:45.00
		50m Dos	11	42.29	50m Papillon	22	43.39
Berset Marie	00:	50m Libre	37	39.77	100m Brasse	21	1:52.81
		100m Libre	50	1:38.53	200m Brasse	10	3:59.83
		200m Libre	33	3:17.55	50m Papillon	34	48.25
		50m Brasse	28	51.43			
Biland Tania	96:	50m Libre	22	32.91	200m 4 nages	11	3:03.86
		100m Brasse	12	1:34.94			
Bisaz Flavio	99:	50m Libre	5	28.26	100m Papillon	4	1:09.72
		100m Libre	9	1:03.16	200m Papillon	5	2:41.18
		200m Libre	8	2:19.72	200m 4 nages	5	2:36.12
		50m Papillon	6	31.03			
Bisaz Niels	02:	50m Libre	6	31.37	100m Dos	12	1:24.70
		100m Libre	12	1:11.73	50m Brasse	2	41.16
		200m Libre	7	2:33.43	50m Papillon	2	33.70
		400m Libre	7	6:32.82	200m 4 nages	4	2:55.53
Bussard Alessia	01:	100m Libre	19	1:17.19	50m Brasse	24	48.59
		100m Dos	18	1:33.61	50m Papillon	10	37.05
De Leur Marie	00:	50m Libre	29	35.20	50m Dos	21	43.88
Dupré Leïla	00:	50m Libre	Re.	32.83	100m Brasse	4	1:27.87
		50m Libre	16	32.76	200m Brasse	6	3:20.50
		100m Dos	22	1:23.76	50m Papillon	14	35.88
		200m Dos	17	2:58.68	200m 4 nages	13	2:55.35
Fernandez Marie	00:	50m Libre	38	39.91	100m Brasse	22	1:54.38
		50m Dos	26	50.54	200m 4 nages	25	3:37.64
Hemmer Lucien	97:	200m Libre	23	2:43.76	100m Brasse	14	1:28.66
		50m Brasse	13	38.36	50m Papillon	26	39.47
Jung Olivier	97:	50m Libre	Re.	28.19	50m Dos	15	36.84
		50m Libre	19	27.74	100m Dos	16	1:16.80
		100m Libre	25	1:04.16			
Morel Félicie	02:	200m Libre	21	3:12.04	200m Dos	22	3:36.78
Ramel Morgane	00:	100m Libre	51	1:45.14	50m Brasse	30	52.33
		100m Dos	35	2:02.86	200m Brasse	11	4:01.88
Shick Sophia	00:	50m Libre	21	33.30	50m Brasse	18	45.58
		100m Libre	36	1:16.66	100m Brasse	16	1:43.74
		50m Dos	18	42.52	50m Papillon	21	38.33
		100m Dos	32	1:35.03			
Tercier Julien	97:	50m Libre	36	30.14	400m Libre	16	5:20.63
		100m Libre	35	1:08.23	50m Dos	19	38.31
		200m Libre	18	2:25.50	400m 4 nages	9	6:12.12
Thiebemont Coralie	97:	50m Dos	Re.	44.22	50m Brasse	7	46.18
		100m Dos	17	1:37.17			
Yerly David	91:	50m Dos	Re.	32.03	200m Dos	8	2:34.47

Sortie Europapark, Rust: 31.05.2014

Extrait des « Chroniques de Louro-Pappark le grand Jubilateur »

En ce beau matin de mai, nous avons rendez-vous aux aurores avec le Capitaine Robby et son vaisseau bleu d'outremer. Il nous attendait gaillardement avec son équipage déjà sur le qui-vive et prêt à appareiller vers les terres promises teutonnes. Nous avons pris place sur le pont supérieur tandis que le salon du pont inférieur était déjà réquisitionné pour le marquis et sa suite.



Après avoir évité mille écueils sur le voyage, le capitaine Robby nous amena au terme de notre déplacement et nous déposa élégamment à l'entrée même du pays merveilleux.

Une foule immense s'étalait sur le parvis du domaine auprès de laquelle s'empressaient déjà mille serveurs ainsi qu'un vaste cordon de sécurité mis en place tout spécialement pour nous. Naturellement nous étions attendus et les gens du palais eurent tôt fait de nous introduire par la grande porte devant cette multitude de badauds tous admiratifs de nos splendides atours.



Nous fûmes accueillis en grande pompe par la Princesse Kartoffeln en personne qui nous fit même l'honneur de poser avec nous sur la photo.

Tandis que le groupe, jusqu'à présent uni en un ensemble parfait, se scindait en divers petits groupuscules autonomes, celui dont je faisais partie se dirigea vers le long serpent d'argent qui ondulait majestueusement sur la plaine flamboyante. Ce monstre d'acier rutilant dont les volutes invitaient à l'exploit nous emporta dans sa farandole avec les nuages pour enfin nous déposer, pantois mais ravis, au point de départ de cette folle expérience.

Nous nous séparâmes encore finalement en plus petits groupes indépendants, nous laissant ainsi libres de revivre des émotions similaires ou d'autres aventures sous des auspices plus sereins.

Après quelques fameuses découvertes, la douce réalité physiologique nous rappela que pour profiter au mieux de cette journée merveilleuse, il fallait subvenir à un besoin universel dans le monde animal, et nous pûmes constater que la providence avait doté ce royaume d'une profusion de points de sustentation. La chance, à moins que ce ne fût la technologie moderne, parvint à nous réunir à nouveau pour partager un festin grandiose dont seuls les gens de grande fortune ont le secret, et c'est dans une joie communicative que nous pûmes célébrer comme il se doit le festin qui nous était présenté.

Tandis que d'aucuns se dirigeaient déjà vers divers mystères tous aussi magnifiques les uns que les autres, nous poursuivîmes à notre convenance la découverte de toutes les merveilles qui avaient été préparées à notre intention. Malheureusement les meilleures choses ont toujours une fin trop rapide.

Nous terminâmes cette journée en un feu d'artifice de sensations et d'émotions, sous le soleil couchant qui jetait un dernier éclat doré sur ce paysage onirique. Le capitaine Robby nous attendait déjà de pied ferme devant son somptueux mastodonte azur pour nous ramener tous à bon port, laissant derrière nous cette forêt noire dont ce domaine merveilleux est certainement la cerise sur le gâteau.

Cette journée restera sans aucun doute gravée dans nos mémoires comme la journée où nous a été révélé le véritable sens de l'existence : faisons de chaque jour un conte de fée et vivons-le pour le faire partager à toutes les personnes qui nous entourent.



Pierre

L'année en images



Meetings



Meeting de la côte à Morges : 08.06.2014

27'50" - un laps de temps dont Olivier se souviendra longtemps en ce début d'été. C'est la limite du 50m libre, nécessaire pour participer aux championnats romands d'été à Genève. Olivier a essayé à plusieurs reprises d'atteindre cette limite fatidique, hélas il a échoué à plusieurs reprises. Il ne restait plus qu'une possibilité pour atteindre le graal, mais il fallait participer à ce meeting de la côte à Morges, non prévu dans le planning du coach.

Pour souligner la bonne ambiance et la solidarité entre les nageurs en ce début d'été, une petite délégation de nageurs s'est décidée à accompagner Olivier pour ce meeting de la dernière chance. Ainsi Flavio, Niels et Leila ont également participé au meeting de la côte. Il s'agissait d'un magnifique dimanche avec des températures dépassant les 30 degrés. Conditions idéales pour un pique-nique, dont les accompagnants ont pleinement profité. Une belle sortie au bord du Lac Léman, avec une splendide vue. Encore une piscine qui nous fait tellement envie, la Gruyère ne peut que rêver d'avoir de telles installations à disposition. Bref, un moment de grande qualité....sauf que pour les nageurs ce fût la galère. Avec ces températures estivales, les conditions pour de belles performances n'étaient tout simplement pas réunies.

Le 50 libre d'Olivier s'est déroulé vers 15h00 de l'après-midi. Tout le monde était au bord de la piscine pour assister à, à peine 30 secondes de suspens....hélas, la limite n'a pas pu être franchie, Olivier échoue de peu, avec 27'80" il rate de peu cette qualification tant méritée au vu des performances de ces derniers mois.

Une grande déception pour Olivier ! Mais ce fût la dernière fois qu'Olivier ne descendait en dessous des 27'50". Voici la liste des résultats d'Olivier depuis ce meeting :



JUNG, Olivier
(1997)

SUI - Switzerland
Sporting Bulle Natation



Silvio



Personal rankings for 50m Freistil			
Lange Bahn (50m)			
27.42	443	30 Aug 2014	Worb
27.74	428	24 Mai 2014	Nyon
27.80	425	8 Jun 2014	Morges
27.81	425	17 Mai 2014	Martigny
27.88	421	9 März 2014	Genève

Kurze Bahn (25m)			
26.75	437	11 Okt 2014	Genève
26.78	435	13 Dez 2014	Notwil
26.82	433	4 Okt 2014	Yverdon-les-Bains
26.87	431	9 Nov 2014	Petit-Lancy
27.09	420	1 Nov 2014	Neuchâtel



24 heures nautiques du Locle



Le Locle: 14.06.2014

Décampé de Bulle pour une nouvelle participation aux 24 heures nautiques du Locle, le SPB s'est présenté avec deux équipes officielles et une équipe spéciale pour fêter les 50 ans. Le samedi matin en arrivant au Locle, personne ne pensait au résultat final, aucun objectif n'était fixé si ce n'est d'avoir du plaisir.



Pendant les nombreux et interminables relais, l'appétit est arrivé gentiment. L'équipe de Bulle 1 avec Tania, Olivier, Mélanie, Caroline et Julien a pris l'avantage depuis le début de la course. Cet avantage a augmenté d'une heure de pointage à l'autre. Et soudainement les 5 nageurs se sont rendus compte que le coup était jouable. Tout d'un coup un objectif a été prononcé « nous allons gagner cette édition.» En nageant, l'appétit a grandi lorsque le quintette a commencé à réaliser que non seulement la victoire leur pendait au nez, mais également un nouveau record du club était jouable. Du coup plus besoin de coacher, la motivation était énorme. En fin de compte, cette belle équipe a nagé 90.100 Km, remportant ainsi la coupe et dépassant le record du club de 500m. Les 5 nageurs sont les premiers bullois à dépasser les 90 Km en 24 heures - BRAVO

mencé à réaliser que non seulement la victoire leur pendait au nez, mais également un nouveau record du club était jouable. Du coup plus besoin de coacher, la motivation était énorme. En fin de compte, cette belle équipe a nagé 90.100 Km, remportant ainsi la coupe et dépassant le record du club de 500m. Les 5 nageurs sont les premiers bullois à dépasser les 90 Km en 24 heures - BRAVO



24 heures nautiques du Locle



Mais ce n'est pas tout ! L'équipe de Bulle 2 avec **Pauline, Alessia, Coralie, Lucie et Léa** s'est longtemps battue pour la deuxième place. Nageant avec un retard de quelques 100aines de mètres, elles ont également pris goût à la compétition. En réalisant que le retard fondait plus les heures avançaient, elles ne tenaient plus en place. Une euphorie s'est développée, les filles se poussaient mutuellement au bord de la piscine « vas-y bouffe ce concurrent ! ». Et dimanche à 15h00 la messe était dite, Bulle 2 remporte la deuxième place avec 79.600 Km - PHENOMENAL



L'équipe spéciale a eu avant tout beaucoup de plaisir et n'était de loin pas ridicule, elle termine les 24 heures avec un total dépassant les 80 Km. L'objectif de ces nageurs était de participer et de rigoler. La rencontre entre anciens nageurs, nageurs actifs, parents et accompagnants était un grand succès.

Silvio



Meetings



CR d'été à Genève : 20.06.2014

Le réveil sonne, on s'étire, on baille, on déjeune, on prend ses affaires et hop ! En voiture direction Genève pour participer aux championnats romands d'été 2014 open. C'est ce qu'ont vécu trois nageurs du Sporting Bulle Natation : Leïla Dupré, Niels Bisaz et Flavio Bisaz. Ils ont réussi à atteindre les temps limites demandés pour participer à cette compétition. Une fois arrivés à la piscine des Vernets, Leïla, Niels, Flavio et leur coach Sophie se sont installés dans une piscine de rêve ; plots réglables, bassin de 50m, temps de réaction du départ, ... Tout y était ! Les nageurs se sont donc mis à l'eau et ont commencé à s'échauffer d'après les instructions de Sophie. Après env. une heure d'échauffement, tout le monde est sorti de l'eau et a commencé à se préparer pour les courses qui n'allaient pas tarder à commencer.

Et tout à coup, on entend le juge arbitre siffler et les nageurs plonger. C'était le début d'un meeting incroyablement enrichissant et couronné de succès. Une fois la première journée terminée et les nageurs complètement épuisés, les parents et le coach se sont mis en route pour Neydens, et Sophie, qui avait dans sa voiture Leïla, Niels et Flavio, ne contrôlait plus son GPS et au lieu de prendre 10 min à sortir de la ville, ils ont mis 30 min. Neydens est un petit village français situé à 2-3 km de la frontière. C'est aussi lors de ce concours que le SPB a découvert un formidable petit camping où l'on peut dormir soit dans des petits chalets ou dans des bungalows. Pour cette première fois, les parents ont choisi les petits chalets. Le soir même, l'apéro fut juste parfait ! Tout était à sa place ; les maillots et linges sur l'étendoir (au soleil), le salami coupé et les bouteilles ouvertes. Soudain, les parents prennent conscience qu'il est déjà 21h30 et que le lendemain sera tout aussi fatigant. Ils envoient donc les trois nageurs au lit et remarquent qu'il manque un lit pour dormir... Manu se dévoue alors pour dormir dans la tente dans le jardin !

Le lendemain, on retourne à Genève pour participer à la deuxième journée des championnats romands qui fût tout aussi éprouvante ! La seule différence était que le soir, Sophie était partie et David était venu. Lors de la même soirée, le trio de nageurs n'en avait toujours pas marre de l'eau et s'est donc rendu à la petite piscine du camping. D'accord ce n'est pas la même dimension que celle des Vernets, mais les nageurs y ont quand même trouvé leur plaisir. David, qui venait de faire le long trajet depuis Bulle, s'est donc joint à eux pour se rafraîchir. 22h00 ; tout le monde au lit !

Le matin de la troisième et dernière journée du meeting, Leïla, Niels et Flavio avaient plus la forme que jamais ! Ils ont fait chauffer l'eau des Vernets pour une dernière fois et cela avec succès. Le bilan (salut Tania) de ces trois jours fût le suivant : Niels fait deux médailles de bronze (100m pap en 1:14.87 et 100m brasse en 1:25.73). Ce fût un meeting où il a tout simplement plu des MPP. Bravo aux nageurs et un grand merci aux parents et aux deux coaches ; Sophie et David !

Flavio

Championnats bullois d'été: 01.07.2014

Catégorie populaire

1. Filles 12 ans et moins

1	Pipoz	Raphaëlle	2003	44"63
2	Bays	Julie	2003	57"15
3	Pipoz	Frédérique	2004	1'01"22
4	Dupré	Nina	2003	1'06"51

2. Garçons 12 ans et moins

1	Pipoz	Olivier	2006	1'05"72
---	-------	---------	------	---------

3. Garçons 13-14 ans

1	Ammann	François	2000	36"82
---	--------	----------	------	-------

4. Filles 15-19 ans

1	Gapany	Valentine	1996	33"61
2	Jung	Camille	1999	53"79
3	Hemmer	Mathilde	1998	56"22
4	Bonte	Lauranne	1998	59"63

5. Vieilles Grenouilles

1	Coquoz	Audrey	32"30
2	Meys	Murielle	38"31
3	Bays	Lorenza	46"50
4	Morel	Kléa	53"53
5	Bisaz	Antje	53"71
6	Jung	Nicole	54"46

6. Vieux Crapauds

1	Gardon	Leandro	27"46
2	Yerly	David	27"58
3	Thorin	Florian	27"93
4	Nissille	Nicolas	29"70
5	Neuhaus	Frédéric	31"34
6	Gapany	Pierre-Alain	32"47



1. Filles 12 ans et moins

1	Morel	Félicie	2002	38"37
2	De Raemy	Chloé	2002	43"90
3	Bays	Sarah	2003	51"76

2. Garçons 12 ans et moins

1	Bisaz	Niels	2002	30"24
2	Neuhaus	Maxime	2003	37"28

3. Filles 13-14 ans

1	Dupré	Leïla	2000	33"04
2	Bussard	Alessia	2001	34"37
3	Perrenoud	Lucie	2001	34"49
4	Berset	Marie	2000	38"32
5	Fernandez	Marie	2000	40"87
6	Ramel	Morgane	2000	43"25
7	Hemmer	Anaëlle	2001	44"13
8	Chevalley	Julia	2000	45"21

4. Filles 15 ans et plus

1	Savary	Mélanie	1996	33"70
2	Biland	Tania	1996	34"15
3	Maradan	Pauline	1999	34"82
4	Thieblemont	Coralie	1997	34"93
5	Berset	Lucie	1998	35"60
6	Bays	Léa	1999	37"58
7	De Raemy	Céline	1999	38"15
8	Tollenaar	Camille	1999	39"34

5. Garçons 15 ans et plus

1	Bisaz	Flavio	1999	28"34
2	Jung	Olivier	1996	28"72
3	Hemmer	Lucien	1997	30"46
4	Tercier	Julien	1997	30"84



Championnats suisses d'été 2014

Tenero 04-06 juillet 2014

Les championnats suisses d'été open ont eu lieu du 4 au 6 juillet 2014 à Tenero. Leïla, première qualification en championnats suisses, pour le 50m brasse, et son coach David, vieux qualifié-surprise pour le 50m dos, ont pris la route le vendredi soir, sous la conduite exceptionnelle d'un Jean-Da au sommet de sa forme. On pourrait se demander si la petite équipe n'est pas un peu folle: rouler durant des heures, tout ça pour nager à deux à peu près 1 minute 10. Mais en même temps, les dieux ne font-ils pas de la natation, le seul et l'unique vrai sport ?

Après un repas et une nuit dans un hôtel un peu... enfin non je me tais, Jean-Da va me traiter de chiffe-molle ! Après un bon repas et une belle nuit, direction le centre sportif de Tenero. Côtayer les meilleurs nageurs du pays ainsi que le nageur russe Andrey Grechin, notamment médaillé de bronze aux JO de Londres au relais 4x100m nage libre, donne des ailes (ou plutôt des palmes) : Leïla termine son 50m brasse en 38"54 (et sans l'aide de Dalida !) et David son 50m dos en 31"91 (nouveau record du club) !



Sur le trajet du retour, tout le monde est d'avis que cette minute 10 secondes et 45 centièmes d'effort, et surtout les nombreuses heures de conduite de Jean-Daniel, méritent une petite halte dans une auberge des plus traditionnelles ! Quel bonheur de déguster une truite ou un lapin accompagné d'une polenta au fin fond du Centovalli !

David



Traversée du lac de Morat

Dimanche, 27 juillet 2015

Durant l'été 2014, de nombreux scouts suisses-allemands ont pu admirer des poissons un peu particuliers dans le Lac de la Gruyère. Une poignée de nageurs du Sporting Bulle Natation y a en effet participé à des entraînements en lac, avec de nombreux exercices inédits pour eux: Traction d'un tronc d'arbre de 10 mètres sur une distance de 1.5km, remplissage de ventre avec des grillades ou une broche, etc. Tout cela au rythme de Bonnie Tyler, héroïne de Lehït, et d'OSS 117, héros de l'Olivier et du coach.

Dimanche 27 juillet, 7h45. Départ de La Tour-de-Trême en direction de Morat et l'ultime but de ces entraînements lacustres. A 10h00 le départ est lancé pour les quelques 230 participants de cette traversée du Lac de Morat 2014. 3.2 km plus tard, soit 41'47 pour David, 44'39 pour Julien, 48'18 pour Olivier, 49'34 pour Tania et 53'48 pour Leïla (la plus jeune de tous les participants !), les dalles bulloises sont à nouveau réunies ! Malgré quelques problèmes de combinaison (et de pendule) et quelques vagues en plus que l'édition 2013, Olivier et Tania s'améliorent de respectivement 5 et 3 minutes ! Bravo à toutes et à tous et à l'année prochaine !

David

Les virées dans le canton de Berne

Samedi 23 août de Thounne à Berne

Le 23 août 2014, les nageurs du SPB et leurs familles partent en direction de Berne. Cette activité fait partie des nombreuses organisées en 2014 et 2015 pour les 50 ans du club et remplace le fameux pique-nique annuel. Dans la matinée, ils embarquent sur de petits bateaux. Entre chansons, révélations, rires, sourires et fous rires, la journée fut géniale. Quant à la météo, le soleil était au rendez-vous, ce qui a provoqué une petite baignade plutôt glaciale pour quelques-uns de nos collègues.

À midi, tout le monde a eu droit à de bonnes grillades au bord de l'eau. Puis, retour dans nos bateaux respectifs et direction la fin du trajet, rangement des bateaux et dernier petit verre pour certains. En résumé, durant cette magnifique journée, les nageurs et leurs proches ont pagayé mais surtout rigolé, joué à de petits jeux tels qu'action ou vérité et appris à mieux connaître leurs camarades. Encore merci aux organisateurs et vivement la prochaine fois. ;-)



Marie Berset



Samedi 30 août, Berner Schwimmtage

Petite virée en région bernoise pour quelques nageurs du SPB pour débiter la saison. Magnifique piscine, et ambiance de folie grâce aux gruériens. De très bons résultats, avec un total de 20 records personnels, 4 médailles et 2 demi-finales (David au 50m dos et Leïla au 50m brasse), pour ce meeting très original (les demi-finales et finales sont nagées une fois le soleil couché) ! Comme quoi deux petits verres de blanc peuvent avoir du bon !



David





Coupe Jack Kaeser

C'est dans le prestigieux bassin de la piscine communale de Bulle qu'a eu lieu le **6 septembre 2014** la traditionnelle Coupe Jack Kaeser 2014. Il s'agit de la 11^{ème} édition!

La légende veut que Jack Kaeser, fondateur mythique du Sporting Bulle Natation en 1964, décida en 2004 (alors qu'il vivait une de ses aventures aux USA) de créer un concours interne au SPB où femmes et hommes puissent se concurrencer (les filles bénéficiant d'un handicap de 7 secondes). Cette Coupe est depuis lors vécue comme une entrée très appréciée par les nageurs du SPB - qui se sont entraînés durant toute la pause estivale dans l'espoir de décrocher la palme du vainqueur - dans la nouvelle saison. Et qu'importe le début de l'automne et ses premières fraîcheurs.



Cette 11^e édition a été remportée pour la deuxième année consécutive par **Flavio BISAZ** (3.27 85). Il peut ainsi garder la coupe pour ce deuxième succès consécutif. Une nouvelle coupe sera mise en jeu en 2015. Il intègre le club très restreint des propriétaires de coupes Jack Kaeser (Florian THORIN [2005 et 2006], David YERLY [2007, 2008, 2009 et 2010], Valentine GAPANY [2011 et 2012] et Flavio Bisaz [2013 et 2014]). Flavio est entouré sur le podium d'Olivier JUNG (3.35 38) et Julien TERCIER (3.42 68).

Bravo à tous les nageurs qui ont participé à cette 11^e Coupe Jack et merci à tous les parents et entraîneurs pour leurs encouragements.

David



Nageur	200m 4-nages	50m battements	total
1. Flavio Bisaz	2'44"40	43"45	3'27"85
2. Olivier Jung	2'49"10	46"28	3'35"38
3. Julien Tercier	2'51"77	50"91	3'42"68
4. Niels Bisaz	2'58"68	46"92	3'45"80
5. Leïla Dupré	3'01"76	54"78	3'49"54 (-7)
6. Lucien Hemmer	3'02"59	54"03	3'56"62
7. Tania Biland	3'14"24	51"59	3'58"83 (-7)
8. Alessia Bussard	3'20"55	54"09	4'07"64 (-7)
9. Lucie Perrenoud	3'22"65	55"87	4'11"52 (-7)
10. Lucie Berset	3'30"50	1'01"01	4'24"51 (-7)
11. Camille Tollenaar	3'38"51	1'00"17	4'31"68 (-7)
12. Marie Berset	3'36"08	1'08"21	4'37"29 (-7)
13. Tristan Esseiva	3'30"93	1'07"82	4'38"75
14. Félicie Morel	3'50"70	1'02"46	4'53"16 (-7)
15. Maxime Neuhaus	4'02"77	56"42	4'59"19
16. Anaëlle Hemmer	4'21"53	1'05"92	5'20"45 (-7)
17. Adrien Eschenmoser	4'56"00	1'09"74	6'05"74
18. Julia Chevalley	5'01"40	1'15"26	6'09"66 (-7)
19. Thomas Grangier	4'55"04	1'22"00	6'17"04
20. Taline Rousseau	5'20"30	1'03"87	6'17"17 (-7)
21. Mike Renaud	5'12"21	1'24"10	6'36"31
22. Jeff Osstyn	5'29"71	1'18"61	6'48"32

Initiation à la grimpe 20.09.2014

Sébastien Fragnière

Rue de Vevey 193
1630 BULLE

Tél. +41 26 928 10 55
et +41 79 342 45 39

Présentation de notre guide:

« Gruérien à 100% comme la crème et la fondue, je laisse la raclette à nos amis valaisans. La passion pour la montagne me gagne tout petit, quand je me fais la force des mollets dans nos Vanils. C'est depuis 1999 que j'ai la chance de vivre du métier de guide. Que ce soit à pied, en chausson d'escalade, à ski ou en crampons, tout me va tant que je suis là-haut. A l'aise dans la formation des moniteurs JS, chefs de course du CAS ou des futurs guides, ce sera toujours avec un immense plaisir que je vous accompagnerai dans l'une ou l'autre de vos envies montagneuses. Ce qui me plaît en tant que guide: vous faire partager mes connaissances et vous accompagner dans votre rêve minéral. Le plaisir de « faire plaisir », de découvrir de nouvelles régions, de partager ces moments avec vous est plus important que le sommet en lui-même. Associez le tout et je suis au paradis. »¹

¹ <http://www.guide-montagne.ch/>



Le site d'escalade de Dorénaz est accessible en voiture, nous devons à peine marcher 200m. La marche d'approche était nettement moins « éprouvante » que celle pour se rendre au pied des Gastlosen ! C'est sans regret car nous avons davantage profité pour apprendre les techniques de grimpe. Dès notre arrivée sur place, Sébastien nous montre les différents nœuds d'assurage. Tout le monde s'est essayé au nœud de 8 pour s'attacher. Vous vous en souvenez ??? Si vous avez oublié, consultez le lien suivant. Puis, pendant que Sébastien équipe plusieurs voies, chacun prépare son matériel.

Et c'est parti !! Par groupes de deux, chacun tente d'atteindre le sommet des voies, les plus faciles d'abord et ensuite en corsant un peu les choses. La notion principale en grimpe est d'avoir confiance en la personne qui nous assure, cela permet de s'élancer dans les voies. ☺

Après un bon pique-nique mérité, Sébastien nous initie à la descente en rappel et à monter les voies en tête (en premier dans le but d'équiper les voies). L'heure de la sieste se fait ressentir chez les jeunes nageurs, ils me paraissent moins preneurs de ces nouvelles formules. Plusieurs d'entre eux continuent à grimper les voies comme durant la matinée. C'est vrai que cette formule reste fun !!! De plus, ils ont acquis de l'expérience et parviennent plus facilement au but.

Pour terminer, je tiens à souligner que durant cette journée d'initiation, nous avons bénéficié du matériel de grimpe mis à disposition par Sébastien Fragnière. Je garderai un bon souvenir de cette journée, tant par l'apprentissage de certaines techniques de grimpe que par la dynamique des jeunes. Cette journée s'est déroulée dans la bonne humeur et la collaboration. Un grand bravo à eux, pour leur spontanéité et leur engagement.

Mémorial

Michel

Bally

27.-28.09.2014, Nyon

Mumu

Messieurs				Pts.		Meilleur temps personnel précédent
BISAZ, Flavio - 1999						
100m Libre	Finale directe	4.	1:00.39	412	25m	1:03.58 110.8% 11 mai 2014
200m Libre	Finale directe	3.	2:11.87	427	25m	
100m Papillon	Finale directe	5.	1:08.62	352	25m	1:11.34 108.1% 10 mai 2014
200m 4 nages	Finale directe	6.	2:32.11	374	25m	2:39.16 109.5% 10 mai 2014
BISAZ, Niels - 2002						
200m Libre	Finale directe	1.	2:25.05	321	25m	2:45.46 130.1% 29 sep 2013
50m Brasse	Finale directe	1.	38.47	282	25m	43.79 129.6% 11 mai 2014
50m Papillon	Finale directe	1.	32.84	292	25m	34.84 112.6% 10 mai 2014
100m 4 nages	Finale directe	1.	1:13.94	322	25m	1:20.72 119.2% 10 mai 2014
HEMMER, Lucien - 1997						
400m Libre	Finale directe	26.	5:35.58	253	25m	
100m Dos	Finale directe	15.	1:25.44	187	25m	1:29.25 109.1% 10 mai 2014
100m Brasse	Finale directe	16.	1:20.62	328	25m	1:22.63 105.0% 11 mai 2014
200m 4 nages	Finale directe	30.	2:51.16	262	25m	
TERCIER, Julien - 1997						
100m Libre	Finale directe	21.	1:04.68	335	25m	1:07.08 107.6% 11 mai 2014
200m Libre	Finale directe	17.	2:21.77	344	25m	
400m Libre	Finale directe	24.	4:54.50	374	25m	5:09.11 110.2% 10 mai 2014
100m Dos	Finale directe	14.	1:17.87	248	25m	1:20.60 107.1% 25 jan 2014
Dames						
DUPRÉ, Leila - 2000						
50m Brasse	Finale directe	1.	38.15	430	25m	41.36 117.5% 29 sep 2013
50m Papillon	Finale directe	8.	35.96	311	25m	38.46 114.4% 29 sep 2013
100m 4 nages	Finale directe	7.	1:19.63	381	25m	1:22.31 106.8% 25 jan 2014
200m 4 nages	Finale directe	4.	2:51.23	385	25m	2:47.16 95.3% 10 mai 2014



Meetings

Meeting des Rives du Lac à Yverdon : 04.10.2014

BISAZ, Flavio - 1999

50m Libre	Finale directe	2.	27.08	421
50m Libre	4 x 50m Libre, Finale directe	Relais	27.09	420
100m Libre	Finale directe	3.	59.56	429
50m Papillon	Finale directe	1.	30.26	373
100m Papillon	Finale directe	3.	1:07.08	377
100m 4 nages	Finale directe	5.	1:09.14	394

BISAZ, Niels - 2002

50m Libre	Finale directe	1.	28.98	343
100m Libre	Finale directe	1.	1:04.90	332
50m Brasse	Finale directe	1.	37.06	316
100m Brasse	Finale directe	1.	1:20.67	327
50m Papillon	Finale directe	1.	31.98	316
100m Papillon	Finale directe	1.	1:11.89	306
50m Libre Laps	4 x 50m Libre, Finale directe	Relais	29.61	-

HEMMER, Lucien - 1997

50m Libre	Finale directe	10.	30.06	307
100m Libre	Finale directe	14.	1:09.09	275
50m Brasse	Finale directe	5.	36.53	330
100m Brasse	Finale directe	6.	1:22.14	310
100m 4 nages	Finale directe	13.	1:17.42	281
50m Libre Laps	4 x 50m Libre, Finale directe	Relais	29.27	-

JUNG, Olivier - 1997

50m Libre	Finale directe	6.	26.82	433
100m Libre	Finale directe	3.	58.93	443
50m Dos	Finale directe	1.	32.60	333
100m Dos	Finale directe	3.	1:12.76	304
50m Papillon	Finale directe	4.	32.04	314
100m 4 nages	Finale directe	7.	1:11.64	354
50m Libre Laps	4 x 50m Libre, Finale directe	Relais	26.10	-

NEUHAUS, Maxime - 2003

50m Libre	Finale directe	4.	35.52	186
100m Libre	Finale directe	5.	1:22.98	158
50m Dos	Finale directe	2.	45.45	123
50m Papillon	Finale directe	3.	47.44	97
100m 4 nages	Finale directe	disq.	1:39.37	-

TERCIER, Julien - 1997

50m Libre	Finale directe	9.	29.09	339
100m Dos	Finale directe	disq.	1:14.73	-
100m 4 nages	Finale directe	11.	1:13.74	325



Dames

BAYS, Léa - 1999

50m Libre	Finale directe	9.	35.98	269
50m Libre	4 x 50m Libre, Finale directe	Relais	36.61	256
50m Dos	Finale directe	3.	42.08	227
50m Brasse	Finale directe	5.	44.64	268
50m Papillon	Finale directe	3.	42.31	191
100m 4 nages	Finale directe	10.	1:29.06	272

BERSET, Lucie - 1998

50m Libre	Finale directe	4.	34.20	314
100m Libre	Finale directe	9.	1:17.70	282
50m Brasse	Finale directe	8.	45.94	246
50m Papillon	Finale directe	2.	42.13	193
100m 4 nages	Finale directe	12.	1:31.07	254
50m Libre Laps	4 x 50m Libre, Finale directe	Relais	34.35	-

BERSET, Marie - 2000

50m Libre	Finale directe	11.	36.90	250
100m Libre	Finale directe	15.	1:22.96	232
50m Brasse	Finale directe	5.	48.38	210
50m Papillon	Finale directe	6.	44.79	161
100m 4 nages	Finale directe	13.	1:34.68	226

BUSSARD, Alessia - 2001

50m Libre	Finale directe	4.	33.29	340
100m Libre	Finale directe	9.	1:15.53	308
50m Dos	Finale directe	2.	39.73	270
100m Dos	Finale directe	5.	1:26.67	258
50m Papillon	Finale directe	3.	36.78	291
100m 4 nages	Finale directe	7.	1:25.27	310
50m Libre Laps	4 x 50m Libre, Finale directe	Relais	33.79	-

DE RAEMY, Céline - 1999

50m Libre	Finale directe	11.	37.01	247
100m Libre	Finale directe	17.	1:26.64	204
100m Brasse	Finale directe	10.	1:50.51	182
100m 4 nages	Finale directe	13.	1:35.20	223
50m Libre Laps	4 x 50m Libre, Finale directe	Relais	38.64	-

DUPRÉ, Leila - 2000

50m Libre	4 x 50m Libre, Finale directe	Relais	32.26	374
50m Libre	Finale directe	3.	32.64	361
100m Libre	Finale directe	4.	1:11.67	360
50m Brasse	Finale directe	1.	38.61	415
100m Brasse	Finale directe	1.	1:25.08	400
50m Papillon	Finale directe	1.	35.25	330
100m 4 nages	Finale directe	2.	1:16.58	428

PERRENOUD, Lucie - 2001

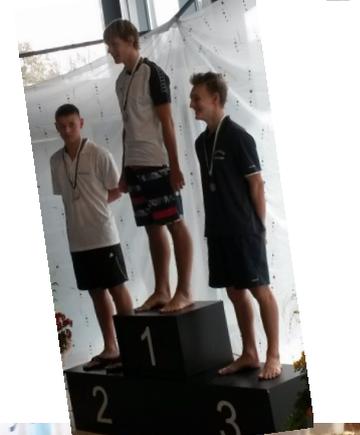
50m Libre	Finale directe	5.	34.28	311
100m Libre	Finale directe	10.	1:16.11	301
100m Dos	Finale directe	4.	1:25.91	265
100m Brasse	Finale directe	5.	1:41.63	234
100m 4 nages	Finale directe	8.	1:27.15	290
50m Libre Laps	4 x 50m Libre, Finale directe	Relais	34.35	-

THIEBLEMONT, Coralie - 1997

50m Libre	Finale directe	3.	33.99	320
100m Libre	Finale directe	4.	1:18.79	271
50m Dos	Finale directe	2.	41.93	230
50m Brasse	Finale directe	1.	44.89	264
100m 4 nages	Finale directe	4.	1:31.64	250
50m Libre Laps	4 x 50m Libre, Finale directe	Relais	33.81	-

TOLLENAAR, Camille - 1999

50m Libre	Finale directe	12.	37.20	244
100m Libre	Finale directe	14.	1:22.66	235
50m Dos	Finale directe	4.	45.94	175
100m Dos	Finale directe	7.	1:38.55	176
50m Brasse	Finale directe	4.	44.17	277
100m Brasse	Finale directe	7.	1:38.13	260
50m Libre Laps	4 x 50m Libre, Finale directe	Relais	37.69	-



Meetings

Meeting NSG demi-fond: 11.10.2014

Quelques nageurs du SPB ont participé au Meeting NSG demi-fond du 11 au 12 octobre 2014. Dès le samedi, consacré tant aux longues (1500m et 800m) qu'aux courtes (50m) distances, nos nageurs ont montré leur incroyable progression ! Le dimanche, malgré une grosse fatigue générale, les MPP pleuvent encore ! Niels réussit même l'exploit d'arracher au total 7 médailles (3 or et 4 bronze) à ses concurrents, pourtant une année plus âgés que lui. Le SPB se fait gentiment un nom dans la Romandie.

David



Bienfaits de la natation:

La natation permet des efforts longs idéaux pour brûler un grand nombre de calories. Des muscles entraînés, brûleront également plus de calories au repos, l'activité sportive permet donc une augmentation du métabolisme pendant et après l'effort. La natation seule ne suffira probablement pas à faire maigrir mais elle est essentielle au contrôle du poids. Le diabète de type 2 est souvent dû à un excès pondéral ou un manque d'exercice physique, la natation permettra de réduire le risque d'apparition de cette maladie et permettra également au diabétique d'améliorer son équilibre glycémique.



Camp d'entraînement Cannes

Cette année, pour ses 50 ans, le club a décidé de faire profiter ses nageurs d'une nouvelle destination à l'étranger.

Le 18 octobre, nous avons pris la route à bord de mini bus, en direction du sud de la France. Environ 6-7 heures plus tard, nous arrivons enfin à Cannes.

Dès notre arrivée, les choses sérieuses allaient commencer. Nous avons rendez-vous à la piscine pour notre premier entraînement. Il s'est avéré que nous étions attendus plus tôt et malheureusement, la piscine venait de fermer...

Nous sommes finalement allés à la plage pour le plus grand bonheur des nageurs ! Cette première journée s'est terminée par une bonne assiette de pâtes pour tout le monde, quelques discussions dans les bungalows et une nuit de sommeil bien méritée.

Il fallait être en forme pour toute cette semaine d'entraînement car même si la course du matin avait été supprimée, les séances de condition physique (matin et après-midi) la remplaçaient largement.



Camp d'entraînement Cannes



Les jours suivants étaient fondés sur le même schéma : réveil assez tôt car déjeuner à 7h00, départ pour la piscine à 7h45, il fallait environ 10 minutes pour y arriver, échauffement à sec et c'était déjà l'heure de plonger dans l'eau pour les deux premières heures d'entraînement quotidien.



A notre retour au camping, le dîner nous était préparé par les parents qui avaient volontiers accepté de nous accompagner au camp. L'après-midi, c'était condition physique à l'extérieur pour les uns et fitness pour les autres, avant l'entraînement de 16 heures. Mais nous sommes tout de même allés visiter la ville de Cannes un après-midi et faire de l'accrobranche un autre.



Ensuite nous retournions à la piscine pour nos deux dernières heures de natation de la journée. Le souper au camping était, comme tous nos repas, l'œuvre des accompagnants. Les menus étaient tous aussi délicieux les uns que les autres, merci beaucoup ! Une fois la vaisselle faite, tout le monde rentrait dans les bungalows et discutait ou jouait aux cartes... Nous finissions par nous endormir



afin de pouvoir recommencer cette journée durant une semaine.

Lucie Berset



Bienfaits de la natation:

L'activité physique permet de faire une pause, de se détendre et de se changer les idées. C'est un moment de plaisir, on peut laisser les soucis aux vestiaires et les oublier pour un moment. La dépense physique favorise un sommeil de qualité ce qui améliore aussi l'équilibre psychologique. De plus, le sport permet souvent de nouer des liens avec les autres pratiquants. Quant aux activités de compétition, elles ont aussi des atouts particuliers sur le plan psychologique, elles permettent par exemple d'apprendre à mieux réguler le stress.

Meetings

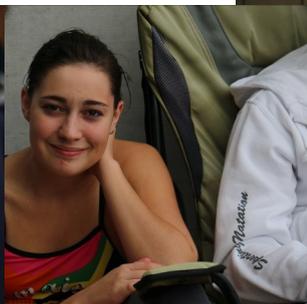
Challenge Red Fish, Neuchâtel, 01 novembre 2014

Plus de 30 MPP, 7 médailles et 12 records du club lors du Challenge Red Fish 2014. Nos premiers relais masculins (4x50m 4N et 4x50m li) sont les plus rapides de l'histoire du club ! Bravo à Leïla, qui obtient sa qualification pour les championnats suisses d'hiver en petit bassin.

On peut dire un grand merci à Kalonj' !



David



Championnats romands d'hiver, Petit Lancy, 08.-09 novembre 2014

Les 8 et 9 novembre 2014 ont eu lieu les championnats romands d'hiver open au Petit-Lancy. Flavio (6 courses) et Olivier (3 courses) ont réussi de belles performances. Le weekend s'est terminé en beauté par le relais 4x50m libre (encore une première pour le SPB!) : Flavio (26.78), David (25.89), Niels (27.71) et Olivier (26.78), en réalisant un nouveau record du club en 1 :47.16, ont fait vibré le coach-assistant ☺, Leïla, récente invalide, et les nombreux parents !

Un grand merci à Antje et Manu d'avoir tenu notre ménage de Neydens durant ce weekend !

David

Messieurs			Pts.	Meilleur temps personnel précédent
BISAZ, Flavio - 1999				
50m Libre	4 x 50m Libre, Finale directe	Relais	26.78	435 25m 26.54 98.2% 1 nov 2014
50m Libre	Eliminatoire	45.	27.07	421 25m
100m Libre	Eliminatoire	40.	59.12	439 25m 59.56 101.5% 4 oct 2014
200m Libre	Finale directe	32.	2:08.77	459 25m 2:11.37 104.1% 1 nov 2014
50m Papillon	Eliminatoire	29.	29.67	396 25m 29.71 100.3% 11 oct 2014
100m 4 nages	Eliminatoire	32.	1:08.17	411 25m 1:08.27 100.3% 12 oct 2014
400m 4 nages	Finale directe	16.	5:19.23	401 25m 5:19.72 100.3% 12 oct 2014
BISAZ, Niels - 2002				
50m Libre Laps	4 x 50m Libre, Finale directe	Relais	27.71	- 25m 28.50 105.8% 1 nov 2014
JUNG, Olivier - 1997				
50m Libre	Eliminatoire	39.	26.87	431 25m 26.75 99.1% 11 oct 2014
100m Libre	Eliminatoire	31.	58.68	449 25m 58.28 98.6% 2 nov 2014
200m Libre	Finale directe	41.	2:13.34	413 25m 2:15.80 103.7% 12 oct 2014
50m Libre Laps	4 x 50m Libre, Finale directe	Relais	26.78	- 25m 26.10 95.0% 4 oct 2014
YERLY, David - 1991				
50m Libre Laps	4 x 50m Libre, Finale directe	Relais	25.89	- 25m 26.25 102.8% 1 nov 2014
Relais				
Messieurs	4 x 50m Libre	Finale directe	11.	1:47.16 428 25m Bisaz F., Yerly D., Bisaz N., Jung O.

Sortie Bernaqua

Le samedi 15 novembre, c'est de bon matin que nous avons pris la route direction Bern-Brünnen. Quelle merveilleuse idée de se lever !!! Le centre aquatique ouvrant à 9h00, nous sommes presque les premiers. Devant l'entrée des toboggans, il n'y pas d'attente. Durant une heure nous dévalons ces descentes, avec ou sans bouée, seul ou à plusieurs, que de sensations fortes et de rires surtout. Puis, certains ont testé le bain froid, parfois un peu à leur insu. ☺



Après cette période de glisse, nos jeunes nageurs « squattent » la structure gonflable flottante dans la grande piscine centrale. Ils grimpent, glissent, sautent, ils se poussent et dans d'élégantes pertes d'équilibre ils tombent à l'eau... c'était la débâcle ! Le côté positif de cette attraction : ils se sont tous réunis pendant un long moment, un très long moment. Les adultes accompagnateurs profitent de ce répit pour se ressourcer un peu - les bains bouillonnants, la grotte de vapeur, le bain salé à 36°C... Vous connaissez ? Une vraie merveille !! Une fois terminé, impossible de manquer le "SPB clan" qui, avec toujours autant d'énergie, poursuit son combat sur les boudins gonflables.

Dans le but de changer un peu d'attraction, je propose de dévaler le toboggan rouge - qui ressemble à une rivière à remous. Tous me suivent avec beaucoup d'entrain, tellement d'entrain... Après la 10^{ème} descente, j'arrête de compter.



TELLEMENT FUN !!

Pour finir cette demi-journée à Bernaqua, chacun profite de barboter comme bon lui semble et déjà arrive l'heure de la douche et du départ.

En sortant, une chose est sûre, tout le monde a faim, mais tout le monde n'est pas fatigué...

J'ai eu beaucoup de plaisir à partager ce moment de "déconnade" avec vous et j'espère que vous en garderez un bon souvenir. Merci aux personnes accompagnatrices - Frédéric Neuhaus, Marc Eschenmoser, Jacqueline et Celso Fernandez - pour cette aventure aquatique et à tous les jeunes présents dans la bonne humeur.

Mumu

Meeting des jeunes Zaehringen à Fribourg, 16 novembre 2014

Nous avons passé une bonne journée à Fribourg. Il y avait une super ambiance et nous avons fait plein de MPP.

Merci à nos SUPER entraîneurs Sophie et Florian qui nous ont accompagné durant cette compétition.

Cette journée restera un très bon souvenir.

Maxime



DE RAEMY, Chloé - 2002				
100m Libre	Finale directe	23.	1:34.67	156
100m Dos	Finale directe	disq.	1:44.80	-
100m Brasse	Finale directe	10.	1:52.43	173
LEVRAT, Emilie - 2004				
50m Libre	Finale directe	9.	46.20	127
50m Dos	Finale directe	11.	57.58	88
50m Brasse	Finale directe	10.	1:01.39	103
100m 4 nages	Finale directe	5.	1:59.08	114
MOREL, Félicie - 2002				
100m Libre	Finale directe	11.	1:22.53	236
100m Brasse	Finale directe	disq.	1:47.59	-
100m 4 nages	Finale directe	11.	1:37.53	207
PERRENOUD, Lucie - 2001				
100m Libre	Finale directe	3.	1:13.65	332
100m Dos	Finale directe	6.	1:26.37	261
100m Brasse	Finale directe	3.	1:40.74	241
100m Papillon	Finale directe	6.	1:41.65	158
100m 4 nages	Finale directe	6.	1:27.70	285

BISAZ, Niels - 2002				
100m Libre	Finale directe	1.	1:02.39	373
100m Dos	Finale directe	1.	1:14.71	281
100m Brasse	Finale directe	1.	1:18.36	357
100m Papillon	Finale directe	1.	1:12.58	298
100m 4 nages	Finale directe	1.	1:11.95	350
GRANGIER, Thomas - 2002				
100m Libre	Finale directe	14.	1:55.35	59
100m Dos	Finale directe	disq.	2:05.07	-
100m Brasse	Finale directe	11.	2:04.37	89
100m 4 nages	Finale directe	disq.	2:02.25	-
NEUHAUS, Maxime - 2003				
100m Libre	Finale directe	7.	1:16.57	202
100m Dos	Finale directe	7.	1:36.62	129
100m Papillon	Finale directe	6.	1:45.35	97
100m 4 nages	Finale directe	10.	1:33.62	158
OSSTYN, Jef - 2007				
50m Libre	Finale directe	disq.	53.90	-
50m Dos	Finale directe	11.	57.47	60
50m Brasse	Finale directe	12.	1:13.62	40

Meeting de la St.-Nicolas



Le mardi 9 décembre 2014 a eu lieu le traditionnel « Meeting de la Saint Nicolas ».

Créé par Ruedi EGGIMANN il y a déjà fort longtemps, ce meeting interne a pour but de récompenser les jeunes nageurs. En partant du principe d'un handicap dû à l'âge, on établit une distance dégressive en fonction de l'année de naissance (10 ans et moins = 500m ; 16 ans et plus = 800m) ; il n'y a qu'une seule catégorie par sexe.

Vers 19h30, le verdict tombe enfin, sans appel : Lucie PERRENOUD (2001 ; 9'01"65) et Niels BISAZ (2002 ; 8'09"80) ont encore frappé !

Vers 19h45, le goûter offert par le club aux nageurs et à leur famille peut enfin être attaqué : tranchées à grands coups de couteau puis dévorées par l'assistance, les fameuses tresses de 1,5 mètres disparaissent dans les estomacs affamés en un rien de temps !

Bravo à tous les nageurs et un grand merci aux organisateurs du goûter !



Rang	Prénom et Nom	Année de naissance	Distance parcourue	Temps
1	Lucie Perrenoud	2001	650m	9'01"65
2	Leïla Dupré	2000	700m	9'41"00
3	Félicie Morel	2002	600m	10'03"90
4	Emilie Levrat	2004	500m	10'24"53
5	Alessia Bussard	2001	650m	10'36"58
6	Marie Berset	2000	700m	11'24"80
7	Chloé De Raemy	2002	600m	11'27"12
8	Marie De Leur	2000	700m	11'33"96
9	Tania Billand	1996	800m	11'55"82
10	Marie Rime	2000	700m	11'58"66
11	Lucie Berset	1998	800m	12'02"17
12	Mélanie Savary	1996	800m	12'03"31
13	Julie Bays	2003	550m	12'09"87
14	Camille Tollenaar	1999	750m	12'22"57
15	Léa Bays	1999	750m	12'23"49
16	Sarah Bays	2003	550m	12'34"67
17	Anaëlle Hemmer	2001	650m	12'47"10
18	Céline De Raemy	1999	750m	12'50"88
19	Taline Rousseau	2002	600m	14'39"80
20	Julie Chevalley	2000	700m	15'58"18

David



Rang	Prénom et Nom	Année de naissance	Distance parcourue	Temps
1	Niels Bisaz	2002	600m	8'09"80
2	Maxime Neuhaus	2003	550m	8'40"43
3	Flavio Bisaz	1999	750m	9'24"20
4	Thomas Grangier	2002	600m	10'32"20
5	Tristan Esseiva	2000	700m	10'46"50
6	Julien Tercier	1997	800m	10'47"81
7	Olivier Jung	1997	800m	10'51"66
8	Lucien Hemmer	1997	800m	12'14"33
9	Dylan Kilchoer	2005	500m	12'18"22
10	Adrien Eschenmoser	2001	650m	12'57"90
11	Jef Osstyn	2007	500m	13'20"00
12	Mike Renaud	2002	600m	14'31"63
13	Andéol Duc	1999	750m	14'33"68
14	Nathan Messina	1999	750m	14'46"80



SVE Cup à Nottwil

Le départ pour Nottwil était particulièrement tôt. RDV à 5h20 au CO !! Beaucoup de nageurs demandent beaucoup d'accompagnants. La journée entre adultes était donc très sympa ! Les trois masters présents ont profité de trouver une piscine publique pour faire l'entraînement du Samedi matin. Bonne formule ! Accompagnants : pensez dorénavant à prendre votre maillot de bain, on ne sait jamais !!

Les nageurs ont fait de bons résultats, même des médailles. Leïla, Félicie, Maxime, Olivier et Flavio ont fait en tout 10 médailles. Félicie était tellement heureuse et surprise de sa médaille de bronze en 50 dos qu'elle disait spontanément merci ! A qui ??? Aucune idée ! Pourtant, c'est elle qui a nagé et personne ne lui avait fait un cadeau !!

Bravo à tous !

Antje



Curling, Ouchy 09 janvier 2015

Le SPB s'initie au Curling

La glace c'est froid, et c'est dur, même si elle ne fait que 2.5 cm d'épais et qu'elle est toute perlée. Ca c'est la découverte de ce vendredi soir qui nous a vu débarquer à 23 sur les pistes de curling du club d'Ouchy. L'accueil y a été très convivial et les trois formateurs mis à disposition étaient très dévoués à essayer de nous faire tenir en équilibre sur un pied et demi, avec une brosse en main gauche et une pierre de près de 20 kilos en main droite (si ce n'était l'inverse pour certains que je ne nommerai pas, mais ils se reconnaîtront).

A part deux chutes (déclarées, mais plus de 500 selon la police) heureusement sans gravité, l'initiation s'est déroulée avec une belle progression des compétences de glisse en équilibre et de guidage des pierres. A noter un entraînement intensif des messieurs au maniement de la brosse, qui a vu passer en tête Pierre-Alain loin devant les autres (mais les mauvaises langues ont laissé entendre qu'il se serait passablement entraîné en privé à la maison).

De l'avis de tous, l'amusement a été au rendez-vous, et ce ne sont pas les plus jeunes qui diront le contraire, puisque la soirée s'est terminée aux tables d'un Fast-food que les droits des marques m'interdisent de nommer ici (ben non, ils ne sont pas sponsors du club).

Merci aux participants pour leur dynamisme.

Pierre



Meeting de Bulle

En ce samedi 17 janvier, c'est à Bulle que se sont donné rendez-vous les nageurs des clubs de Romont (CNR) et Payerne (PN,) ainsi qu'une imposante délégation du SPB pour prendre part au traditionnel Meeting de Bulle. Cinquante compétiteurs exactement ont nagé sous les couleurs du club hôte représentant non seulement les groupes du SPB déjà coutumiers de cette compétition, mais également sa section de triathlon B3T, l'école de natation Flipper ainsi que le tout nouveau groupe de Masters, réservé au plus de 20 ans. Pendant toute la matinée, les jeunes - et moins jeunes - nageurs se sont mesurés sur les douze épreuves proposées. Outre de jolies performances individuelles, ce meeting a également permis aux nageurs bullois de réaliser de très bons résultats en équipe pour 132 MPP sur un total de 170 courses ... soit une manière des plus belles de commencer la nouvelle année ! Nageurs, parents, bénévoles, entraîneurs, tous ont contribué au succès du Meeting de Bulle 2015.



Sophie



Meeting de Sion, 31 janvier 2015

Après s'être levés de bonne heure, Camille, Marie Rime, Lucie Perrenoud, Félicie, Leïla, Chloé, Céline, Julia, Tania, Manon, Marie Berset, Lucie Berset, Sarah, Julie, Léa, Maxime, Dylan, Tristan, Niels, Flavio et Julien, se sont rendus à la capitale du Valais, Sitten.

Durant ce meeting, les parents de certains nageurs en ont profité pour aller skier sous un soleil éblouissant.

The Coach et Florian, mes coaches préférés, nous ont supportés, encouragés, corrigés et motivés jusqu'au bout de la journée. Merci à eux et continuez comme ça.



Malgré une trop forte exposition au soleil durant toute la durée du meeting, les nageurs du SPB ne s'en sortent pas trop mal avec 12 médailles. Je tiens à mettre en évidence la magnifique performance de Lucien (3^e au 100m) et celle de Maxime (2^e au 100m libre et 3^e au 100m 4 nages).

Bravo à toutes et à tous et à l'année prochaine.

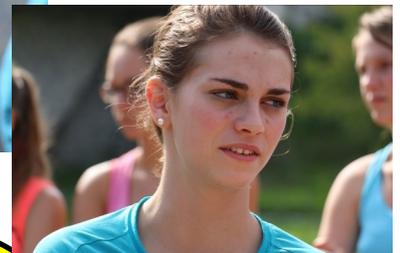
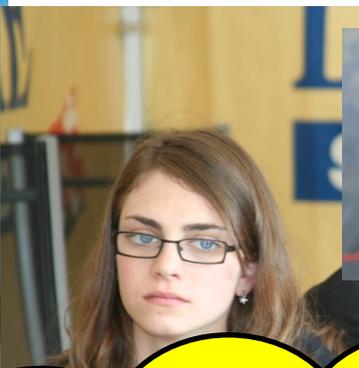
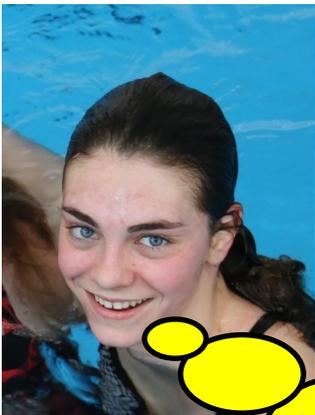
Julien

Sortie en raquettes 31 janvier 2015

Pour cette avant dernière activité des 50 ans du club, Nadine nous a organisé une sortie en raquettes : nous partons des Paccots à 19h10 à la marche. Dès le début, la fatigue et les courbatures se font sentir chez les nageurs à cause du concours à Sion ce jour-là. Mais malgré tout, certains, une crampe à l'estomac, sont guidés dans la nuit par l'odeur de la fondue qui nous attend tandis que d'autres avancent péniblement en maudissant cette sortie...Finalement, au bout de 1h15 de marche, nous arrivons enfin à la cabane du Vuipay. Nous y mangeons cette fondue tant rêvée puis les plus gourmands prennent une boule de glace pendant que David essaie de parler suisse-allemand. Pour la descente, seules trois personnes prennent l'option raquettes, nous autres, bien plus fous, descendons en bob. Sous la tempête de neige, le vent et le froid, nous arrivons en bas de la piste en un rien de temps. Heureusement, la poudreuse amortissant nos chutes, personne ne se fait mal ! Puis c'est l'heure de se quitter pour rentrer chez soi après cette longue journée bien remplie...



Léa Bays



Bienfaits de la natation:

La natation est un sport complet qui permet de faire travailler un grand nombre de muscles. Leurs tonus s'améliorent soulageant ainsi la charpente osseuse, ceci peut avoir un rôle positif sur les douleurs de genoux, de hanches ou de dos. C'est également un sport très adapté pour maintenir l'amplitude des articulations et réduire le risque d'arthrose. L'absence de choc évite des contraintes sur le squelette ce qui rend la natation praticable par le plus grand nombre.

Championnats Romands espoirs, Lausanne 07.-08.02.2015



NATATION

Niels Bisaz: la révélation!

Sept épreuves, sept médailles et six titres! Le jeune Niels Bisaz, qui aura 13 ans au début du mois d'avril, est la révélation des championnats romands par catégories d'âge qui se sont disputés le week-end passé à Lausanne, dans la piscine de Mon Repos (25m). Le nageur du Sporting Bulle Natation a remporté - prenez votre souffle! - le 50m libre (27"74), le 100m brasse (1'15"58), le 200m brasse (2'44"72), le 100m papillon (1'08"31), le 100m 4 nages (1'07"89) et le 200m 4 nages (2'27"08). Il n'y a que le 100m libre qui lui a échappé, avec une deuxième place en 1'02"14, contre 1'01"87 pour le Genevois Alexandre Carboni. «Sur toutes ses nages, Niels Bisaz est dans les deux meilleurs Suisses de son âge!», s'enthousiasme David Yerly, chef technique du Sporting Bulle Natation. Dans sa déjà longue histoire, le club bullois n'avait jamais connu un tel succès au niveau romand.

Quant au Fribourg-Natation, il a fêté un titre: celui de Chloé Sansonnens (né en 2001) sur le 100m papillon (1'12"43). Au plan collectif, le club fribourgeois a gagné la médaille de bronze sur le 4x50m libre (2'04"30), avec Alanis Siffert, Mathilde Leuba, Johana Cotting, et Chloé Sansonnens. Au total, le Fribourg-Natation a remporté 18 médailles (1 or, 7 argent, 10 bronze). JA

Sortie réussie pour les frères Bisaz, Niels remporte **6 titres de champions romands**, une performance qui n'est pas au menu chaque année pour un club comme le Sporting Bulle Natation.

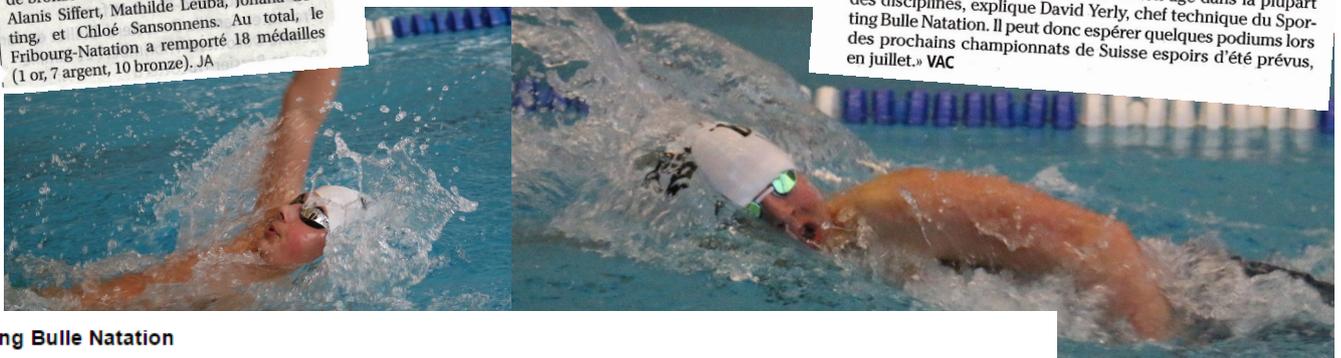
Flavio de son côté a réussi **6 nouveaux records du club** avec ses MPP. Actuellement il détient pas moins de 22 records du Club.

Bravo à ces deux nageurs qui ont toujours une grande faim et ne s'en satisfont pas encore.

Six titres romands pour Niels Bisaz



NATATION. Niels Bisaz (photo) se souviendra longtemps du week-end dernier. En effet, le nageur du Sporting Bulle Natation a remporté six titres lors des championnats romands espoirs. A Lausanne, le Bullois, âgé de 13 ans, a gagné les épreuves du 50 m libre (27"74), du 100 m brasse (1'15"58), du 200 m brasse (2'44"72), du 100 m papillon (1'08"31), du 100 m 4 nages (1'07"89) et du 200 m 4 nages (2'27"08). En plus de ses six titres romands, Niels Bisaz a terminé 2^e sur 100 m libre (1'02"14). «Niels est classé deuxième Suisse de son âge dans la plupart des disciplines, explique David Yerly, chef technique du Sporting Bulle Natation. Il peut donc espérer quelques podiums lors des prochains championnats de Suisse espoirs d'été prévus, en juillet.» VAC



Sporting Bulle Natation

Messieurs			Pts.		Meilleur temps personnel précédent			
BISAZ, Flavio - 1999								
50m Libre	Finale directe	6.	26.28	460	25m	26.54	102.0%	1 nov 2014
100m Libre	Finale directe	8.	57.62	474	25m	58.45	102.9%	31 jan 2015
200m Libre	Finale directe	6.	2:06.94	479	25m	2:08.77	102.9%	9 nov 2014
400m Libre	Finale directe	9.	4:36.13	454	25m	5:01.32	119.1%	11 oct 2014
100m Papillon	Finale directe	9.	1:05.05	413	25m	1:05.62	101.8%	31 jan 2015
200m 4 nages	Finale directe	8.	2:25.01	432	25m	2:28.03	104.2%	2 nov 2014
BISAZ, Niels - 2002								
50m Libre	Finale directe	🥇 1.	27.74	391	25m	27.84	100.7%	31 jan 2015
100m Libre	Finale directe	🥈 2.	1:02.14	378	25m	1:02.39	100.8%	16 nov 2014
100m Brasse	Finale directe	🥇 1.	1:15.58	398	25m	1:16.16	101.5%	31 jan 2015
200m Brasse	Finale directe	🥇 1.	2:44.72	393	25m	2:49.10	105.4%	2 nov 2014
100m Papillon	Finale directe	🥇 1.	1:08.31	357	25m	1:11.89	110.8%	4 oct 2014
100m 4 nages	Finale directe	🥇 1.	1:07.89	416	25m	1:08.49	101.8%	31 jan 2015
200m 4 nages	Finale directe	🥇 1.	2:27.08	414	25m	2:33.13	108.4%	2 nov 2014





Swim-a-thon

14 février 2015

Je tiens à réexpliquer à quel point le Swim-a-thon (SAT) est une source de financement importante pour le club, depuis des années.

C'est pourquoi la recherche de promesses de dons, nous permet non seulement de réaliser de splendides camps d'entraînement, autant pour leurs destinations attrayantes que pour la qualité des programmes d'entraînement / d'activités proposés. Et le prix reste très attractif.

Ces dons offrent également à tous nos nageurs de participer à une palette de concours variés et réputés durant toute l'année. Nous savons combien il est capital pour améliorer ses propres performances, de se confronter à d'autres nageurs et de se mettre à l'épreuve!

De plus, le SAT permet de fournir pour les entraînements du matériel adapté aux besoins des nageurs. En effet, depuis quelques années déjà nous veillons, dans la mesure du possible, à ce que nos nageurs ne manquent de rien.



Un GRAND MERCI A TOUS!!!

Filles 16 ans et plus (1999 et +)

Rang	Nom	Prénom	Année de naissance	2015	2014	Différence
1	Biland	Tania	1996	4'050m	3'950m	+100m
2	Berset	Lucie	1998	3'750m	3'350m	+400m
3	Bays	Léa	1999	3'600m	3'250m	+350m
4	Tollenaar	Camille	1999	3'450m	3'350m	+100m
5	Beynet	Manon	1998	2'750m	-	-

Filles 14-15 ans (2001-2000)

Rang	Nom	Prénom	Année de naissance	2015	2014	Différence
1	Dupré	Leïla (blessée)	2000	3'900m	3'950m	-50m
2	Perrenoud	Lucie	2001	3'800m	3'400m	+400m
3	Berset	Marie	2000	3'450m	3'300m	+150m
	Bussard	Alessia	2001	3'450m	3'200m	+250m
5	Rime	Marie	2000	3'350m	3'200m	+150m
	De Leur	Marie	2000	3'350m	2'950m	+400m
7	Hemmer	Anaëlle	2000	3'050m	-	-
8	Chevalley	Julia	2000	2'300m	-	-

Filles 11-13 ans (2004-2002)

Rang	Nom	Prénom	Année de naissance	2015	2014	Différence
1	Morel	Félicie	2002	3'400m	2'700m	+700m
2	Currat	Sarah	2003	3'300m	-	-
3	Currat	Marie	2004	3'250m	-	-
4	Levrat	Emilie	2004	2'700m	-	-
5	Bays	Sarah	2003	2'550m	-	-
6	Bays	Julie	2003	2'450m	-	-
7	Rousseau	Tallin	2004	2'350m	-	-

Filles 9 ans et moins (2006 et -) ; SAT de 30 minutes

Rang	Nom	Prénom	Année de naissance	2015	2014	Différence
1	Currat	Elyse	2006	1'450m	-	-



Mumu

Un bref aperçu de l'épreuve en quelques chiffres :

- ⇒ 30 jeunes ont nagé le samedi 14 février, pour une distance totale parcourue d'environ 90km
- ⇒ 5 jeunes ont nagé le mardi 24 février (session rattrapage), une distance totale d'environ 14km.
- ⇒ 3'200 km c'est la moyenne nagée par nageur
- ⇒ Plus de 10'000.- en promesses de don
- ⇒ 2 nageurs doivent encore parcourir leurs distances

Garçons 16 ans et plus (1999 et +)

Rang	Nom	Prénom	Année de naissance	2015	2014	Différence
1	Bisaz	Flavio	1999	4'450m	4'050m	+400m
2	Tercier	Julien	1997	4'400m	4'200m	+200m
3	Jung	Olivier	1997	3'950m	3'800m	+150m
4	Hemmer	Lucien	1997	3'900m	3'600m	+300m
5	Messina	Nathan	1999	3'350m	-	-

Garçons 14-15 ans (2001 - 2000)

Rang	Nom	Prénom	Année de naissance	2015	2014	Différence
1	Esseiva	Tristan	2000	3'550m	3'150m	+400m
2	Eschenmoser	Adrien	2001	2'850m	-	-

Garçons 11-13 ans (2002 - 2004)

Rang	Nom	Prénom	Année de naissance	2015	2014	Différence
1	Bisaz	Niels	2002	4'100m	3'750m	+350m
2	Neuhaus	Maxime	2003	3'800m	-	-
3	Currat	Nicolas	2001	3'550m	-	-
4	Grangier	Thomas	2002	2'800m	-	-
5	Renaud	Mike	2002	2'200m	-	-

Garçons 10 ans (2005)

Rang	Nom	Prénom	Année de naissance	2015	2014	Différence
1	Kilchoer	Dylan	2005	2'450m	-	-

Garçons 9 ans et moins (2006 et -) ; SAT de 30 minutes

Rang	Nom	Prénom	Année de naissance	2015	2014	Différence
1	Osstyn	Jef	2007	1'200m	-	-

Swim-a-thon 14 février 2015

Niels : Au début, je pensais à compter ma distance... puis j'ai oublié ! Ensuite, à faire un battement efficace, puis j'ai oublié. Et après, j'ai pensé à dépasser les autres nageurs et à mon fondant au chocolat.



Lucien : A RIEN ! Dit-il avec un grand sourire.

Lucie P. : J'ai pensé à mes amis ! Et aussi que Maxime et Leila allaient trop vite. Je voulais nager autant que Maxime. Et j'ai aussi pensé que bientôt, j'allais skier une semaine. Et surtout que je dois tout donner pour être fière de moi.



Léa : Au début, à rien. Au milieu, à aller plus vite, à suivre Lucie B et à la fin, à écouter les encouragements.



A quoi penses-tu pendant cette heure de nage ?

Maxime : Je pense à aller plus vite et à tenir la distance ! Sinon à rien - je reste concentré !



Leila : Chi** ! Ce pull boy qui s'en va tout le temps. Sinon à rien !!



Manon : J'ai écouté de la musique dans ma tête.



Flavio : Les dernières 5 minutes, j'ai vu que j'avais encore assez de forces pour mettre du rythme et ainsi dépasser Julien qui m'avait tiré pendant 45 minutes. Petite pensée pour lui.



Camille : J'avais une chanson dans la tête, la chanson les Schtroumpfs !



Swim-a-thon 14 février 2015

Tania : J'essayais de ne pas penser à la musique de Julien. J'essayais d'avoir un rythme régulier avec ma respiration, mes culbutes... A 30 minutes, je me suis imposée une cadence plus soutenue sans forcer la machine. A 15 minutes, j'ai bien accéléré et les 10 dernières, j'ai tenté de tout donner.



Lucie B. : Je pensais à dépasser les autres de ma ligne ! Je n'avais pas d'autre nageur pouvant me tirer.

Jef : Je n'ai pensé à rien ! Juste à me concentré à nager !



Thomas : A arriver au bout, pour le club !



A quoi penses-tu pendant cette heure de nage ?

Marie B. : J'avais de la musique dans la tête... « You are the one, for me, for me, for me, formidable »

Emilie : A dépasser les filles qui nageaient avec moi, pour atteindre mon objectif, 2500m. Emilie a nagé 2700m !

Olivier : En chantant « le sida des mouches, ça me touche » ou « ne pleure pas Chantal ». Effectivement Olivier rigolait en nageant.



Dylan : J'ai pensé à ma course.



Anaëlle : à mes culbutes que j'ai faites après 15 minutes, seulement !

Julien : Chaque fois que je dépasse Oliv', je compte ce que j'ai nagé de plus. Et j'ai chanté la chanson que Tania adore !

Meeting Lémanique

12ème Meeting Lémanique
Montreux, 28.2. - 1.3.2015

Sporting Bulle Natation

BILAND, Tania, 10.04.1996							
200m Libre	Eliminatoire	36.	2:35.30	385	2:41.94	13.12.2014	109%
400m Libre	Finale directe	25.	5:34.07	366	5:30.86		98%
50m Papillon	Eliminatoire	52.	39.22	261	39.78		103%
BISAZ, Flavio, 16.07.1999							
50m Libre	Eliminatoire	18.	26.81	474	26.54	01.11.2014	98%
100m Libre	Eliminatoire	24.	59.40	492	58.99	13.12.2014	99%
200m Libre	forf. déc.			-	2:08.77	09.11.2014	-
400m Libre	forf. déc.			-	NT		-
50m Papillon	Eliminatoire			-	29.27	13.12.2014	-
200m 4 nages	Eliminatoire	22.	2:32.50	417	2:28.03	02.11.2014	94%
BISAZ, Niels, 08.04.2002							
100m Libre	Eliminatoire	49.	1:03.13	410	1:02.39	16.11.2014	98%
100m Dos	Eliminatoire	34.	1:14.25	342	1:14.71	16.11.2014	101%
50m Brasse	Eliminatoire	22.	36.63	385	35.33	02.11.2014	93%
100m Brasse	Eliminatoire	25.	1:20.67	380	1:18.36	16.11.2014	94%
200m Brasse	Eliminatoire	23.	2:53.96	389	2:49.10	02.11.2014	94%
200m 4 nages	Eliminatoire	27.	2:35.61	393	2:33.13	02.11.2014	97%
DUPRÉ, Lella, 30.01.2000							
50m Libre	Eliminatoire	37.	32.38	393	31.73	01.11.2014	96%
50m Brasse	Barrage éliminatoire	hc.	38.24	458	38.35		101%
50m Brasse	Eliminatoire	13.	38.35	454	37.03	02.11.2014	93%
HEMMER, Lucien, 04.02.1997							
50m Libre	Eliminatoire	34.	29.31	363	29.09	01.11.2014	99%
100m Libre	Eliminatoire	53.	1:04.94	376	1:14.96		133%
50m Brasse	Eliminatoire	14.	33.90	486	34.64	13.12.2014	104%
100m Brasse	Eliminatoire	16.	1:16.58	444	1:18.20	13.12.2014	104%
200m Brasse	Eliminatoire	22.	2:53.51	392	3:02.24	02.11.2014	110%
JUNG, Olivier, 03.03.1997							
50m Libre	Eliminatoire	26.	27.79	425	26.75	11.10.2014	93%
100m Libre	Eliminatoire	38.	1:01.52	443	58.28	02.11.2014	90%
200m Dos	Eliminatoire	39.	2:43.01	323	2:32.10	01.11.2014	87%
YERLY, David, 24.11.1991							
50m Dos	Eliminatoire	14.	31.93	426	30.51		91%



Tableau des honneurs

Précompétition

Bays Julie, 2003

Lieu	Date	Bassin	50 Li	100 Li	50 Br	100 Br
Bulle	17.01.2015	25m	43.93		50.78	
Sion	31.01.2015	25m	47.64	1:50.46		1:57.85

Bays Sarah, 2003

Lieu	Date	Bassin	50 Li	100 Li	50 Br	100 Br
Bulle	17.01.2015	25m	48.41		50.34	
Sion	31.01.2015	25m	47.44	1:49.50		1:58.33

Beynet Manon, 1998

Lieu	Date	Bassin	50 Li	100 Li	100 Pa
Sion	31.01.2015	25m	37.65	1:33.52	1:55.34

Chevalley Julia, 2000

Lieu	Date	Bassin	50 Li	100 Li	100 Br	100 4N
Sion	31.01.2015	25m	44.17	1:48.47	1:58.43	1:52.49

Grangier Thomas, 2002

Lieu	Date	Bassin	50 Li	100 Li	50 Do	50 Br	100 Br	100 4N
Fribourg	16.11.2014	25m		1:55.35			2:04.37	
Bulle	17.01.2015	25m	42.29		52.18	52.68		1:49.96

Hemmer Anaëlle, 2001

Lieu	Date	Bassin	50 Li	50 Br	100 4N
Payerne	03.05.2014	25m	46.81	51.87	
Bulle	17.01.2015	25m	38.51	48.64	1:38.51

Kilchoer Dylan, 2005

Lieu	Date	Bassin	50 Li	100 Li	100 Do	100 Br
Sion	31.01.2015	25m	46.45	1:49.54	2:04.57	2:12.61

Messina Nathan, 1999

Lieu	Date	Bassin	50 Li	50 Pa	50 Br	100 4N
Bulle	17.01.2015	25m	39.89	49.93	47.26	1:38.38

Osstyn Jef, 2007

Lieu	Date	Bassin	50 Li	50 Do	50 Br
Fribourg	16.11.2014	25m		57.47	1:13.62
Bulle	17.01.2015	25m	52.39	1:03.42	

Progin Emilien

Lieu	Date	Bassin	50 Do	50 Br
Bulle	17.01.2015	25m	50.98	1:01.65

Raemy Thomas

Lieu	Date	Bassin	50 Do
Bulle	17.01.2015	25m	1:01.21

Renaud Mike, 2002

Lieu	Date	Bassin	50 Pa	50 Do	100 Do
Nottwil	13.12.2014	25m	57.01		1:54.81
Bulle	17.01.2015	25m	59.31	53.10	

Tableau des honneurs

Compétition 2

Berset Marie, 2000

Lieu	Date	Bassin	50 Li	100 Li	200 Li	50 Pa	50 Do	50 Br	100 Br	200 Br	100 4N
Payerne	03.05.2014	25m	37.90			45.91		48.60			1:37.15
Murten	11.05.2014	25m	37.76	1:26.37							
Martigny	17.05.2014	50m	38.40			47.03	53.09	49.30			
Nyon	24.05.2014	50m	39.77	1:36.53	3:17.55	48.25		51.43	1:52.81	3:59.83	
Yverdon	04.10.2014	25m	36.90	1:22.96		44.79		48.38			1:34.68
Nottwil	13.12.2014	25m		1:23.86	2:59.77	45.01		49.05			
Bulle	17.01.2015	25m	37.85			43.01		46.92			1:32.93
Sion	31.01.2015	25m	37.26	1:25.60					1:43.37		1:33.08

De Leur Marie, 2000

Lieu	Date	Bassin	50 Li	400 Li	50 Pa	50 Do	100 Do	100 4N
Payerne	03.05.2014	25m	36.61		47.24	43.24		1:35.06
Murten	10.05.2014	25m		6:30.48			1:40.40	
Nyon	24.05.2014	50m	35.20			43.88		
Bulle	17.01.2015	25m	34.54		41.15	42.84		1:30.69

De Reamy Chloé, 2002

Lieu	Date	Bassin	50 Li	100 Li	50 Pa	50 Do	50 Br	100 Br	100 4N
Payerne	03.05.2014	25m	45.66		57.99		53.08		1:52.32
Martigny	17.05.2014	50m	45.42		54.87	51.31	54.80		
Fribourg	16.11.2014	25m		1:34.67				1:52.43	
Bulle	17.01.2015	25m	40.54		49.42	46.78	53.67		1:41.60
Sion	31.01.2015	25m	39.86	1:36.26				1:54.45	1:43.40

Duc Andéol, 1999

Lieu	Date	Bassin	50 Li	50 Pa	50 Do	50 Br	100 4N
Payerne	03.05.2014	25m	38.93	43.22	47.22	52.92	1:46.41

Esseiva Tristan, 2000

Lieu	Date	Bassin	50 Li	100 Li	50 Pa	50 Do	50 Br	100 Br	100 4N
Payerne	03.05.2014	25m	36.92				49.43		1:32.94
Murten	10.05.2014	25m	34.83	1:19.73				1:43.99	
Martigny	17.05.2014	50m	34.49		42.67	45.82	50.87		
Bulle	17.01.2015	25m	30.79		38.66		44.41		1:21.96
Sion	31.01.2015	25m	38.48	1:13.18				1:37.44	1:22.77

Levrat Emilie, 2004

Lieu	Date	Bassin	50 Li	100 Li	200 Li	50 Pa	50 Do	100 Do	50 Br	100 4N
Fribourg	16.11.2014	25m	46.20				57.58		1:01.39	1:59.08
Nottwil	13.12.2014	25m		1:52.12	3:54.61			2:02.03		
Bulle	17.01.2015	25m	48.80				53.30		55.95	2:00.67

Tableau des honneurs

Compétition 2

Morel Félicie, 2002

Lieu	Date	Bassin	50 Li	100 Li	200 Li	50 Pa	50 Do	100 Do	200 Do	50 Br	100 4N
Martigny	17.05.2014	50m	39.67				46.95				
Nyon	24.05.2014	50m			3:12.04				3:36.78		
Fribourg	16.11.2014	25m		1:22.53							1:37.53
Nottwil	13.12.2014	25m		1:22.44			41.93	1:33.40		50.41	
Bulle	17.01.2015	25m	36.43			47.12	40.74			49.74	1:34.53
Sion	31.01.2015	25m	36.80	1:22.45				1:29.75			1:34.45

Ramel Morgan, 2000

Lieu	Date	Bassin	50 Li	100 Li	50 Pa	50 Do	100 Do	50 Br	100 Br	200 Br
Murten	11.05.2014	25m	44.27	1:44.51					1:50.67	
Martigny	17.05.2014	50m	42.62		53.69	56.65		50.19		
Nyon	25.05.2014	50m		1:45.14			2:02.86	52.33		4:01.88

Rime Marie, 2000

Lieu	Date	Bassin	50 Li	100 Li	50 Pa	100 Pa	50 Do	50 Br	100 Br	100 4N	200 4N
Payerne	03.05.2014	25m	41.92		48.54		47.73	51.32		1:37.94	
Murten	10.05.2014	25m				1:46.61					3:27.20
Martigny	17.05.2014	50m	41.31		49.33		48.69	53.47			
Nyon	24.05.2014	50m	39.91				50.54		1:54.38		3:37.64
Bulle	17.01.2015	25m	40.74		45.81		46.78	49.53		1:36.84	
Sion	31.01.2015	25m	40.65	1:30.17					1:46.43	1:38.97	

Compétition 1

Bays Léa, 1999

Lieu	Date	Bassin	50 Li	100 Li	50 Pa	50 Do	50 Br	100 Br	100 4N
Murten	11.05.2014	25m	36.22	1:24.53				1:36.40	
Martigny	17.05.2014	50m	37.09		46.74	43.09	47.07		
Nyon	24.05.2014	50m	37.95	1:25.65	43.74	43.93	46.38	1:42.83	
Yverdon	04.10.2014	25m	35.98		42.31	42.08	44.64		1:29.06
Bulle	17.01.2015	25m	36.20		41.37	42.35	42.78		1:26.78
Sion	31.01.2015	25m		1:19.48				1:33.93	1:27.44

Berset Lucie, 1998

Lieu	Date	Bassin	50 Li	100 Li	200 Li	50 Pa	50 Do	50 Br	100 Br	100 4N
Payerne	03.05.2014	25m	34.35			43.52		45.90		1:30.02
Murten	11.05.2014	25m	35.01	1:18.77					1:42.29	
Martigny	17.05.2014	50m	35.18			46.11	43.37	48.93		
Nyon	24.05.2014	50m	35.36	1:21.75		43.39	42.29	47.57	1:45.60	
Yverdon	04.10.2014	25m	34.20	1:17.70		42.13		45.94		1:31.07
Nottwil	13.12.2014	25m		1:16.06	2:47.37	42.21		48.84		
Bulle	17.01.2015	25m	34.01			40.78		44.01		1:28.75
Sion	31.01.2015	25m	33.57	1:15.11					1:37.66	1:28.00

Tableau des honneurs

Compétition 1

Bussard Alessia, 2001

Lieu	Date	Bassin	50 Li	100 Li	50 Pa	100 Pa	50 Do	100 Do	50 Br	100 4N
Payerne	03.05.2014	25m	35.24		37.82		40.96		48.99	
Murten	10.05.2014	25m				1:30.10		1:31.84		
Martigny	17.05.2014	50m	34.95		38.83		40.75		49.32	
Nyon	25.05.2014	50m		1:17.19	37.05			1:33.61	48.59	
Yverdon	04.10.2014	25m	33.29	1:15.53	36.78		39.73	1:26.67		1:25.27
Bulle	17.01.2015	25m	32.28		37.57		37.77		45.35	1:25.84

De Reamy Céline, 1999

Lieu	Date	Bassin	50 Li	100 Li	50 Pa	50 Br	100 Br	100 4N
Payerne	03.05.2014	25m	38.16		44.46	50.49		1:34.49
Yverdon	04.10.2014	25m	37.01	1:26.64			1:50.51	1:35.20
Sion	31.01.2015	25m	36.38					

Maradan Pauline, 1999

Lieu	Date	Bassin	50 Li	100 Li	50 Pa	50 Do	50 Br
Payerne	03.05.2014	25m	34.15		40.60	38.32	45.61
Murten	11.05.2014	25m	35.16	1:18.00			

Neuhaus Maxime, 2003

Lieu	Date	Bassin	50 Li	100 Li	200 Li	50 Pa	100 Pa	50 Do	100 Do	50 Br	100 Br	100 4N
Payerne	03.05.2014	25m	39.57					47.50				
Yverdon	04.10.2014	25m	35.52	1:22.98		47.44		45.45				
Fribourg	16.11.2014	25m		1:16.57			1:45.35		1:36.62			1:33.62
Nottwil	13.12.2014	25m		1:16.14	2:47.18	43.28		41.86				
Bulle	17.01.2015	25m	33.36			42.41		42.65		46.78		1:30.15
Sion	31.01.2015	25m	34.72	1:14.64							1:45.53	1:29.57

Perrenoud Lucie, 2001

Lieu	Date	Bassin	50 Li	100 Li	50 Pa	100 Pa	50 Do	100 Do	50 Br	100 Br	100 4N	200 4N
Pt.-Lancy	05.04.2014	25m		1:18.76		1:42.61		1:29.58		1:40.68		
Payerne	03.05.2014	25m	36.98		42.06		42.31		46.54		1:30.61	
Murten	10.05.2014	25m						1:30.58				3:16.64
Martigny	17.05.2014	50m	35.76		44.76		43.83		47.14			
Yverdon	04.10.2014	25m	34.28	1:16.11				1:25.91		1:41.63	1:27.15	
Fribourg	16.11.2014	25m		1:13.65		1:41.65		1:26.37		1:40.74	1:27.70	
Bulle	17.01.2015	25m	34.35		41.98		39.78		46.38		1:25.26	
Sion	31.01.2015	25m	33.81	1:13.09				1:22.78		1:40.43	1:24.85	

Schick Sophia, 1999

Lieu	Date	Bassin	50 Li	100 Li	50 Pa	50 Do	100 Do	50 Br	100 Br	100 4N
Payerne	03.05.2014	25m	34.17		42.14	41.61		44.97		1:27.61
Murten	11.05.2014	25m	32.84	1:16.11					1:39.59	
Martigny	17.05.2014	50m	33.59		41.67	42.36		46.10		
Nyon	24.05.2014	50m	33.30	1:16.66	38.33	42.52	1:35.03	45.58	1:43.74	

Tableau des honneurs

Compétition 1

Thieblemont Coralie, 1997

Lieu	Date	Bassin	50 Li	100 Li	50 Do	100 Do	50 Br	100 Br	100 4N
Murten	11.05.2014	25m	34.17	1:20.99				1:42.21	
Nyon	25.05.2014	50m			44.22	1:37.17	46.18		
Yverdon	04.10.2014	25m	33.99	1:18.79	41.93		44.89		1:31.64

Tollenaar Camille, 1999

Lieu	Date	Bassin	50 Li	100 Li	200 Li	400 Li	50 Pa	50 Do	100 Do	50 Br	100 Br	100 4N
Payerne	03.05.2014	25m	37.15				46.86			44.88		1:36.56
Murten	10.05.2014	25m	37.96	1:24.77		6:28.10			1:36.38		1:40.93	
Yverdon	04.10.2014	25m	37.20	1:22.66				45.94	1:38.55	44.17	1:38.13	
Nottwil	13.12.2014	25m		1:24.32	3:00.76					44.43	1:38.45	
Bulle	17.01.2015	25m						44.04		43.21		1:32.26
Sion	31.01.2015	25m	37.53	1:23.90							1:37.37	

Master

Nom et Prénom	Lieu	Date	Bassin	50 Li	50 Pa	50 Do	50 Br	100 4N
Bisaz Antje	Bulle	17.01.2015	25m	52.95				
Coquoz Audrey	Bulle	17.01.2015	25m	31.76				1:19.31
Eggimann Alex	Bulle	17.01.2015	25m	29.66	31.03		40.92	
Gapany Valentine	Bulle	17.01.2015	25m	34.01		39.67	41.17	1:23.11
Jung Nicole	Bulle	17.01.2015	25m	44.56				
Jung Pauline	Bulle	17.01.2015	25m	48.43				
Neuhaus Frédéric	Bulle	17.01.2015	25m	29.71	36.26			
Repond Evelyne	Bulle	17.01.2015	25m	47.07				

B³ - Triathlon

Nom et Prénom	Lieu	Date	Bassin	50 Li	50 Pa	50 Do	50 Br	100 4N
Currat Elise	Bulle	17.01.2015	25m	51.34		1:05.06		
Currat Marie	Bulle	17.01.2015	25m	37.94	48.39	43.79	52.80	1:40.01
Currat Nicolas	Bulle	17.01.2015	25m	35.23	46.70	43.03	46.95	1:32.76
Currat Sarah	Bulle	17.01.2015	25m	41.57			57.13	1:44.98
Favre Félicien	Bulle	17.01.2015	25m		28.87		32.18	1:06.48
Gorka Amélie	Bulle	17.01.2015	25m	47.86		59.59		2:04.16
Irrausch Alexandre	Bulle	17.01.2015	25m	35.88	49.71	43.44		1:34.08
Irrausch Benjamin	Bulle	17.01.2015	25m	33.93	46.97	45.13		
Salamin Antonin	Bulle	17.01.2015	25m	27.96	36.71		37.12	1:13.42
Salamin Colin	Bulle	17.01.2015	25m	39.96		49.93	54.77	1:43.01

Tableau des honneurs

Elites

Biland Tania, 1996

Lieu	Date	Bassin	50 Li	100 Li	200 Li	400 Li	800 Li 1'500 Li	50 Pa	100 Pa	200 Pa	
Genève	08.03.2014	50m	32.21	1:14.58		5:46.02					
Payerne	03.05.2014	25m	33.14					39.86			
Montreux	04.05.2014	50m		1:11.68					1:35.60		
Murten	10.05.2014	25m	32.02	1:11.21		5:30.86					
Martigny	17.05.2014	50m	32.76					39.95			
Nyon	24.05.2014	50m	32.91								
Worb	30.08.2014	50m	34.09	1:12.68				40.48			
Nottwil	13.12.2014	25m		1:12.11	2:41.94						
Bulle	17.01.2015	25m	33.83					42.44			
Sion	31.01.2015	25m	32.82	1:11.62							
Lieu	Date	Bassin	50 Do	100 Do	200 Do	50 Br	100 Br	200 Br	100 4N	200 4N	400 4N
Genève	08.03.2014	50m				44.09	1:37.16	3:30.36		3:11.22	
Payerne	03.05.2014	25m	40.60			42.44			1:25.01		
Montreux	04.05.2014	50m		1:25.39			1:37.63				
Murten	10.05.2014	25m		1:22.51			1:33.81				
Martigny	17.05.2014	50m	40.61			44.94					
Nyon	24.05.2014	50m					1:34.94			3:03.86	
Worb	30.08.2014	50m					1:36.09				
Nottwil	13.12.2014	25m				42.79				3:00.27	
Bulle	17.01.2015	25m	40.87			45.12			1:26.16		
Sion	31.01.2015	25m		1:23.88					1:22.10		

Bisaz Flavio, 1999

Lieu	Date	Bassin	50 Li	100 Li	200 Li	400 Li	800 Li 1'500 Li	50 Pa	100 Pa	200 Pa	
Pt.-Lancy	05.04.2014	25m		1:04.31					1:12.39		
Montreux	04.05.2014	50m		1:04.22					1:11.86		
Murten	10.05.2014	25m	28.88	1:03.58					1:11.34		
Martigny	17.05.2014	50m	29.04					32.81			
Nyon	24.05.2014	50m	28.26	1:03.15	2:19.72			31.03	1:09.72	2:41.18	
Morges	08.06.2014	50m				4:57.88					
Genève	22.06.2014	50m		1:02.01	2:21.05	5:01.06			1:08.19		
Worb	30.08.2014	50m	27.90	1:02.47				30.24	1:08.98		
Nyon	27.09.2014	25m		1:00.39	2:11.87				1:08.62		
Yverdon	04.10.2014	25m	27.08	59.56				29.71	1:07.08		
Genève	11.10.2014	25m	26.68	1:00.23	2:12.19		19:13.21	29.80			
Neuchâtel	01.11.2014	25m	26.54		2:11.37			29.67	1:07.14	2:33.66	
Pt.-Lancy	08.11.2014	25m	26.78	59.12	2:08.77			29.27			
Nottwil	13.12.2014	25m		58.99				30.11	1:08.80		
Bulle	17.01.2015	25m	26.87					29.27			
Sion	31.01.2015	25m	26.56	58.45					1:05.62		
Lausanne	07.02.2015	25m	26.28	57.62	2:06.97	4:36.13			1:05.05		
Lieu	Date	Bassin	50 Do	100 Do	200 Do	50 Br	100 Br	200 Br	100 4N	200 4N	400 4N
Pt.-Lancy	05.04.2014	25m		1:14.96			1:26.89			2:40.03	
Montreux	04.05.2014	50m		1:17.56						2:44.19	
Murten	10.05.2014	25m		1:15.99						2:39.16	5:36.74
Martigny	17.05.2014	50m	37.63			38.47					
Nyon	24.05.2014	50m								2:39.12	
Morges	08.06.2014	50m									5:39.05
Genève	22.06.2014	50m								2:39.59	
Worb	30.08.2014	50m								2:35.84	
Nyon	27.09.2014	25m								2:32.11	
Yverdon	04.10.2014	25m						1:09.14			
Genève	11.10.2014	25m						1:08.27			5:19.72
Neuchâtel	01.11.2014	25m	31.83							2:28.03	
Pt.-Lancy	08.11.2014	25m							1:08.17		5:19.23
Nottwil	13.12.2014	25m								2:28.32	
Bulle	17.01.2015	25m	32.79			35.73			1:08.93		
Sion	31.01.2015	25m							1:06.82		
Lausanne	07.02.2015	25m								2:25.01	

Elites

Tableau des honneurs

Bisaz Niels, 2002

Lieu	Date	Bassin	50 Li	100 Li	200 Li	400 Li	800 Li 1'500 Li	50 Pa	100 Pa	200 Pa	
Genève	08.03.2014	50m		1:12.55	2:39.20						
Burgdorf	12.04.2014	25m		1:14.08							
Montreux	03.05.2014	50m		1:11.72	2:37.32	5:43.01					
Murten	10.05.2014	25m	31.89	1:09.81				34.84			
Martigny	17.05.2014	50m	31.82					35.57			
Nyon	24.05.2014	50m	31.37	1:11.73	2:33.43	5:32.82		33.70			
Morges	08.06.2014	50m	31.54		2:35.39			34.10			
Genève	22.06.2014	50m		1:07.05		5:26.52			1:14.87		
Worb	30.08.2014	50m	30.81	1:07.57				32.91			
Nyon	28.09.2014	25m			2:25.05			32.84			
Yverdon	04.10.2014	25m	28.98	1:04.90				31.98	1:11.89		
Genève	11.10.2014	25m	29.57	1:04.22	2:21.68		10:43.44	32.01			
Neuchâtel	01.11.2014	25m	28.64	1:03.14				31.52			
Fribourg	16.11.2014	25m		1:02.39					1:12.58		
Bulle	17.01.2015	25m	28.85					30.79			
Sion	31.01.2015	25m	27.84	1:02.66							
Lausanne	07.02.2015	25m	27.74	1:02.14					1:08.31		
Lieu	Date	Bassin	50 Do	100 Do	200 Do	50 Br	100 Br	200 Br	100 4N	200 4N	400 4N
Genève	08.03.2014	50m	40.67							3:04.58	
Burgdorf	12.04.2014	25m									
Montreux	03.05.2014	50m								3:02.04	
Murten	10.05.2014	25m	38.31			43.79			1:20.72		
Martigny	17.05.2014	50m	40.22			43.46					
Nyon	24.05.2014	50m		1:24.70		41.16				2:55.53	
Morges	08.06.2014	50m									
Genève	22.06.2014	50m		1:24.81			1:25.73			2:49.08	
Worb	30.08.2014	50m				39.36	1:25.60				
Nyon	28.09.2014	25m				38.47			1:13.94		
Yverdon	04.10.2014	25m				37.06	1:20.67				
Genève	11.10.2014	25m				36.58			1:13.51		5:43.07
Neuchâtel	01.11.2014	25m				35.33	1:20.28	2:49.10	1:11.97	2:33.13	
Fribourg	16.11.2014	25m		1:14.71			1:18.36		1:11.95		
Bulle	17.01.2015	25m	32.76			36.65			1:10.42		
Sion	31.01.2015	25m					1:16.16		1:08.49		
Lausanne	07.02.2015	25m					1:15.58	2:44.72	1:07.89	2:27.08	

Savary Mélanie, 1996

Lieu	Date	Bassin	50 Li	100 Li	200 Li	400 Li	800 Li 1'500 Li	50 Pa	100 Pa	200 Pa	
Montreux	03.05.2014	50m		1:14.09	2:46.77	6:04.28			1:23.76		
Murten	10.05.2014	25m	33.61	1:16.18					1:25.11		
Martigny	17.05.2014	50m	33.52					37.34			
Worb	30.08.2014	50m	34.07	1:15.19				36.24	1:26.78		
Genève	11.10.2014	25m	32.86					37.39			
Neuchâtel	01.11.2014	25m			2:39.34			35.69	1:24.88		
Lieu	Date	Bassin	50 Do	100 Do	200 Do	50 Br	100 Br	200 Br	100 4N	200 4N	400 4N
Montreux	03.05.2014	50m								3:10.64	
Murten	10.05.2014	25m		1:30.30			1:40.86			3:06.66	6:37.26
Martigny	17.05.2014	50m	44.74			48.86					
Worb	30.08.2014	50m									
Genève	11.10.2014	25m				45.85					
Neuchâtel	01.11.2014	25m							1:26.22		

Yerly David, 1991

Lieu	Date	Bassin	50 Li	50 Do	100 Do	200 Do
Montreux	04.05.2014	50m			1:09.29	
Murten	10.05.2014	25m			1:06.27	
Nyon	25.05.2014	50m		32.03		2:34.47
Worb	30.08.2014	50m	27.56	31.68	1:09.65	
Genève	11.10.2014	25m	27.06	30.81		
Neuchâtel	01.11.2014	25m		30.74		2:30.39
Bulle	17.01.2015	25m	26.95	30.76		
Sion	31.01.2015	25m	26.81			

Tableau des honneurs

Elites

Dupré Leïla, 2000

Lieu	Date	Bassin	50 Li	100 Li	200 Li	400 Li	800 Li 1'500 Li	50 Pa	100 Pa	200 Pa	
Genève	08.03.2014	50m	33.96	1:13.34		6:02.89		36.85			
Pt.-Lancy	05.04.2014	25m		1:11.40					1:19.82		
Montreux	03.05.2014	50m		1:13.73					1:24.23		
Murten	10.05.2014	25m	31.97	1:11.05					1:21.30		
Martigny	17.05.2014	50m	32.41					35.53			
Nyon	24.05.2014	50m	32.76					35.88			
Morges	08.06.2014	50m	32.88								
Genève	22.06.2014	50m		1:11.99							
Tenero	04.07.2014	50m									
Worb	30.08.2014	50m						35.54			
Nyon	28.09.2014	25m						35.96			
Yverdon	04.10.2014	25m	32.26	1:11.67				35.25			
Genève	11.10.2014	25m	32.18	1:11.61			11:17.97	35.41			
Neuchâtel	01.11.2014	25m	31.73		2:31.88						
Uster	22.11.2014	25m									
Nottwil	13.12.2014	25m			2:32.26						
Bulle	17.01.2015	25m	32.65					34.84			
Sion	31.01.2015	25m	32.63								
Lieu	Date	Bassin	50 Do	100 Do	200 Do	50 Br	100 Br	200 Br	100 4N	200 4N	400 4N
Genève	08.03.2014	50m	38.43			38.25	1:27.24	3:14.55			
Pt.-Lancy	05.04.2014	25m		1:20.89			1:24.20			2:48.59	
Montreux	03.05.2014	50m		1:21.34			1:26.00				6:10.32
Murten	10.05.2014	25m		1:24.45			1:23.35			2:47.16	
Martigny	17.05.2014	50m	40.04			39.00					
Nyon	24.05.2014	50m		1:23.76	2:58.68	39.22	1:27.87	3:20.50		2:55.35	
Morges	08.06.2014	50m					1:29.29				
Genève	22.06.2014	50m		1:22.14		39.19	1:28.28				
Tenero	04.07.2014	50m				38.54					
Worb	30.08.2014	50m		1:23.22		37.93	1:27.29			2:51.45	
Nyon	28.09.2014	25m				38.15			1:19.63	2:51.23	
Yverdon	04.10.2014	25m				38.61	1:25.08		1:16.58		
Genève	11.10.2014	25m				38.17			1:17.13		
Neuchâtel	01.11.2014	25m	36.14			37.03	1:22.79	3:01.51	1:17.22	2:46.13	
Uster	22.11.2014	25m				37.04					
Nottwil	13.12.2014	25m	37.48			37.11	1:25.53				
Bulle	17.01.2015	25m	37.20			38.42			1:17.42		
Sion	31.01.2015	25m		1:19.99			1:22.14		1:17.29		

Hemmer Lucien, 1997

Lieu	Date	Bassin	50 Li	100 Li	200 Li	400 Li	800 Li 1'500 Li	50 Pa	100 Pa	200 Pa	
Pt.-Lancy	05.04.2014	25m		1:11.61					1:27.79		
Payerne	03.05.2014	25m	31.82					40.71			
Murten	10.05.2014	25m	30.92	1:09.04					1:30.92		
Martigny	17.05.2014	50m	30.31					37.89			
Nyon	25.05.2014	50m			2:43.76			39.47			
Worb	30.08.2014	50m	32.44	1:14.96							
Nyon	27.09.2014	25m				5:35.58					
Yverdon	04.10.2014	25m	30.06	1:09.09							
Neuchâtel	01.11.2014	25m	29.09	1:06.08							
Nottwil	13.12.2014	25m		1:05.18	2:30.46						
Bulle	17.01.2015	25m	29.18					34.51			
Sion	31.01.2015	25m	34.31	1:18.22							
Lieu	Date	Bassin	50 Do	100 Do	200 Do	50 Br	100 Br	200 Br	100 4N	200 4N	400 4N
Pt.-Lancy	05.04.2014	25m					1:24.52				
Payerne	03.05.2014	25m	39.89			38.16			1:19.16		
Murten	10.05.2014	25m		1:29.25			1:22.63				
Martigny	17.05.2014	50m	39.82								
Nyon	25.05.2014	50m				38.36	1:28.65				
Worb	30.08.2014	50m				39.72	1:27.60				
Nyon	27.09.2014	25m		1:25.44			1:20.62			2:51.16	
Yverdon	04.10.2014	25m				36.53	1:22.14		1:17.42		
Neuchâtel	01.11.2014	25m		1:21.56		34.81	1:20.26	3:02.24	1:15.13		
Nottwil	13.12.2014	25m				34.64	1:18.20				
Bulle	17.01.2015	25m				34.01			1:12.34		
Sion	31.01.2015	25m					1:18.83		1:14.39		

Tableau des honneurs

Elites

Jung Olivier, 1997

Lieu	Date	Bassin	50 Li	100 Li	200 Li	400 Li	800 Li 1'500 Li	50 Pa	100 Pa	200 Pa	
Genève	08.03.2014	50m	27.88	1:04.78	2:37.17			33.44			
Pt.-Lancy	05.04.2014	25m		1:04.14					1:17.14		
Payerne	03.05.2014	25m	27.40					32.82			
Montreux	04.05.2014	50m		1:03.99	2:30.41						
Murten	10.05.2014	25m	27.45	1:02.35					1:14.92		
Martigny	17.05.2014	50m	27.81					33.04			
Nyon	24.05.2014	50m	27.74	1:04.15							
Morges	08.06.2014	50m	27.80								
Worb	30.08.2014	50m	27.42	1:00.54							
Yverdon	04.10.2014	25m	26.82	58.93				32.04			
Genève	11.10.2014	25m	26.75	59.21	2:15.80			30.98			
Neuchâtel	01.11.2014	25m	27.09	58.28	2:16.73						
Pt.-Lancy	08.11.2014	25m	26.87	58.68	2:13.34						
Nottwil	13.12.2014	25m	26.78	59.48							
Bulle	17.01.2015	25m	27.01					31.46			
Lieu	Date	Bassin	50 Do	100 Do	200 Do	50 Br	100 Br	200 Br	100 4N	200 4N	400 4N
Genève	08.03.2014	50m	36.13	1:16.18							
Pt.-Lancy	05.04.2014	25m		1:16.95			1:28.67				
Payerne	03.05.2014	25m	33.56			38.48			1:12.96		
Montreux	04.05.2014	50m		1:18.38						2:52.34	
Murten	10.05.2014	25m	33.74	1:14.37							
Martigny	17.05.2014	50m	35.84			39.66					
Nyon	24.05.2014	50m	36.84	1:16.80							
Morges	08.06.2014	50m		1:16.83							
Worb	30.08.2014	50m	34.38	1:14.88							
Yverdon	04.10.2014	25m	32.60	1:12.76					1:11.64		
Genève	11.10.2014	25m	32.82			36.23					
Neuchâtel	01.11.2014	25m	32.51	1:10.01	2:32.10	35.70			1:11.83		
Pt.-Lancy	08.11.2014	25m									
Nottwil	13.12.2014	25m		1:09.87						2:39.78	
Bulle	17.01.2015	25m	33.07			36.03			1:11.10		

Tercier Julien, 1997

Lieu	Date	Bassin	50 Li	100 Li	200 Li	400 Li	800 Li 1'500 Li	50 Pa	100 Pa	200 Pa	
Pt.-Lancy	05.04.2014	25m		1:08.53					1:23.12		
Montreux	03.05.2014	50m		1:08.39	2:31.25		21:26.01				
Murten	10.05.2014	25m	30.66	1:07.08		5:09.11	20:47.68				
Nyon	24.05.2014	50m	30.14	1:08.23	2:25.50	5:20.93					
Worb	30.08.2014	50m	29.52	1:07.70				34.39			
Nyon	27.09.2014	25m		1:04.68	2:21.77	4:54.50		32.50			
Yverdon	04.10.2014	25m	29.09					33.64			
Genève	11.10.2014	25m	29.51	1:04.16	2:18.58	4:55.35	19:33.96				
Neuchâtel	01.11.2014	25m	28.74	1:03.51	2:17.92						
Nottwil	13.12.2014	25m		1:04.52	2:18.93						
Bulle	17.01.2015	25m	29.47								
Sion	31.01.2015	25m	28.99								
Lieu	Date	Bassin	50 Do	100 Do	200 Do	50 Br	100 Br	200 Br	100 4N	200 4N	400 4N
Pt.-Lancy	05.04.2014	25m		1:22.04			1:35.05				
Montreux	03.05.2014	50m		1:23.69						2:55.45	
Murten	10.05.2014	25m									6:00.57
Nyon	24.05.2014	50m	38.31								6:12.12
Worb	30.08.2014	50m								2:45.97	
Nyon	27.09.2014	25m		1:17.87							
Yverdon	04.10.2014	25m						1:13.74			
Genève	11.10.2014	25m									
Neuchâtel	01.11.2014	25m	35.98								
Nottwil	13.12.2014	25m		1:18.36						2:40.49	
Bulle	17.01.2015	25m	35.51			38.91			1:13.83		
Sion	31.01.2015	25m		1:16.11					1:13.73		

Liste des membres

Membres actifs						
Nom	Prénom	Rue	No Postal	Ville	Tél Privé	Date naissance
Andrey	Sylvain	Rue de l'Hôpital 20	1632	Riaz	079 622 64 03	
Bays	Camille	Ch. Léon-Savary 3	1630	Bulle	026 913 92 94	14.01.1997
Bays	Lorenza	Ch. Léon Savary 3	1630	Bulle	026 913 92 94	17.09.1971
Bays	Julie	Ch. Léon-Savary 3	1630	Bulle	026 913 92 94	07.07.2003
Bays	Léa	Ch. Léon-Savary 3	1630	Bulle	026 913 92 94	23.07.1999
Bays	Sarah	Ch. Léon-Savary 3	1630	Bulle	026 913 92 94	07.07.2003
Berset	Lucie	Ch. Taillemau 2	1630	Bulle	026 565 26 99	13.12.1998
Berset	Marie	Rue du Cârô 14	1630	Bulle	026 912 02 23	22.09.2000
Beynet	Manon	Chemin de Cuquerens 60	1630	Bulle	078 796 80 67	26.05.1998
Biland	Tania	Ruelle du Pra 9	1637	Charmey	026 927 30 08	10.04.1996
Bisaz	Antje	Rue du Bugnon 6	1661	Le Pâquier	026 919 52 24	15.02.1964
Bisaz	Flavio	Rue du Bugnon 6	1661	Le Pâquier	026 919 52 24	16.07.1999
Bisaz	Niels	Rue du Bugnon 6	1661	Le Pâquier	026 919 52 24	08.04.2002
Bisaz	Silvio	Rue du Bugnon 6	1661	Le Pâquier	026 919 52 24	02.08.1968
Bussard	Alessia	Ch. Taillemau 6	1630	Bulle	026 912 76 15	07.01.2001
Chassot	Claire	Dom-Hermann 72	1635	La Tour-de-Trême	026 915 02 56	08.07.2003
Chevalley	Julia	Route des Bugnons 79	1633	Marsens	026 915 09 38	08.09.2000
Clément	Maki	Route des Arsenaux 26	1700	Fribourg	078 861 44 21	29.07.1987
Coquoz	Audrey	Grande Gîte 17	1630	Bulle	026 913 97 61	04.11.1993
Cuennet	Sylvie	Impasse des Grillons 11	1635	La Tour-de-Trême	078 709 39 81	
De Leur	Marie	Rue Tournelle 3	1635	La Tour-de-Trême	026 912 91 00	30.06.2000
De Raemy	Céline	Montmelley 26	1646	Echarlens	026 915 06 61	26.10.1999
De Raemy	Chloé	Montmelley 26	1646	Echarlens	026 915 06 61	16.06.2002
Duc	Andéol	Jéricho 19	1630	Bulle	026 913 93 25	10.12.1999
Dupré	Leïla	Ch. de Piamont 8	1635	La Tour-de-Trême	026 912 44 81	30.01.2000
Eggimann	Alexandre	Rue de Vevey 15	1630	Bulle		
Eggimann	Gabrielle	Route des Jorettes 108	1642	Sorens	077 428 70 33	02.12.1980
Eschenmoser	Adrien	Rue des Sources 8	1632	Riaz	026 301 02 38	15.07.2001
Esseiva	Tristan	Ch. du Gibloux 15	1630	Bulle	026 912 17 94	18.05.2000
Fernandez	Marie	Rue des Alouettes 13	1635	La Tour-de-Trême	026 912 01 52	01.08.2000
Gapany	Caroline	Montmelley 16	1646	Echarlens	026 915 33 93	06.12.1993
Gapany	Valentine	Montmelley 16	1646	Echarlens	026 915 33 93	02.11.1996
Grandjean	Claude-Ernest	Rue de la Paix 20	1630	Bulle	078 892 78 66	
Grangier	Thomas	Au Crêt 9	1643	Gumefens	026 915 01 84	02.04.2002
Hemmer	Anaëlle	Rue du Pays des Oiseaux 17	1632	Riaz	026 301 02 37	30.08.2001
Hemmer	Lucien	Rue du Pays des Oiseaux 17	1632	Riaz	026 301 02 37	04.02.1997
Jung	Alain	Rte de la Gîte20	1635	La Tour-de-Trême	026 912 93 13	
Jung	Nicole	Rte de la Gîte20	1635	La Tour-de-Trême	026 912 93 13	
Jung	Olivier	Rte de la Gîte 20	1635	La Tour-de-Trême	026 912 93 13	03.03.1997
Jung	Pauline	Rte de la Gîte20	1635	La Tour-de-Trême	026 912 93 13	
Kilchoer	Dylan	Les Condémines 1	1695	Villarsel-le-Gibloux	026 411 33 90	16.06.2005
Kolly	Sophie	Route de l'Eglise 31	1648	Hauteville	079 531 22 67	
Levrat	Emilie	Prâ Dêrê 40	1663	Epagny	079 955 09 21	08.11.2004
Levrat	Nadine	Rue des Sources 8	1635	La Tour-de-Trême	079 243 87 27	
Levrat	Samantha	Prâ Dêrê 40	1663	Epagny	079 955 08 92	
Maradan	Pauline	Rte des Colombettes 320	1629	Vuadens	026 912 07 07	13.02.1999
Messina	Nathan	Rue P. Nicolas Chenaux 15	1630	Bulle	079 319 03 16	07.12.1999
Morel	Félicie	Ch. Xavier-de-Poret 6	1630	Bulle	026 912 84 46	09.08.2002
Neuhaus	Charlotte	Champ des Moulins 1	1637	Charmey	079 664 83 30	
Neuhaus	Frédéric	Route de la Croix 172	1633	Marsens	026 915 07 70	21.04.1974
Neuhaus	Maxime	Route de la Croix 172	1633	Marsens	026 915 07 70	05.08.2003
Osstyn	Jef	Chemin du Clos du Moulin 3	1661	Le Pâquier	079 139 94 25	25.05.2007
Perrenoud	Lucie	Ch. de la Cretta 22	1624	Grattavache	026 918 57 71	10.04.2001

Liste des membres

Membres actifs						
Nom	Prénom	Rue	No Postal	Ville	Tél Privé	Date naissance
Peyraud-Seydoux	Laure	Route de la Part-Dieu 16	1630	Bulle	079 560 04 06	
Regli	Dena	Ch. Abbé-Maignon 7	1630	Bulle	026 913 15 81	31.12.1993
Renaud	Mike	Rue Alexandre-Cailler 10	1636	Broc	026 921 04 35	20.10.2002
Repond	Evelyne	Place du Carré 6	1635	La Tour-de-Trême	079 764 52 60	
Robadey	Felix	Impasse du Brisecou 2	1664	Epagny	026 921 14 25	
Rousseau	Taline	Fonjalla 15	1663	Pringy	078 898 52 78	16.10.2002
Savary	Mélanie	Ch. des Coquilles 56	1630	Bulle	026 912 72 64	22.12.1996
Schaller	Juliana	Rue des Tavillonners 3	1635	La Tour-de-Trême	026 912 24 32	27.11.2002
Schick	Sophia	Route de la Croix 174	1633	Marsens	026 913 96 40	17.08.2000
Schouwey	Mathilde	Ch. des Coquilles 66	1630	Bulle	026 912 41 84	29.12.1995
Tercier	Julien	Ch. Pauvre Jacques 44	1630	Bulle	026 912 45 88	23.06.1997
Thieblemont	Coralie	La Condémine 73	1628	Vuadens	026 912 90 20	08.05.1997
Thorin	Eloïse	Le Tô 307	1667	Enney	079 812 12 45	
Tollenaar	Camille	Ch. des Coquilles 72	1630	Bulle	026 912 65 84	28.06.1999

Membres passifs						
Nom	Prénom	Rue	No Postal	Ville	Tél Privé	Date naissance
Ammann	Jean	Ch. des Coquilles 104	1630	Bulle	026 912 40 55	
Baumer	Bastien	Route d'Estevenens 21	1626	Rueyres-Trefayes	026 915 34 34	07.02.1985
Bonneville	Noémie	Rue du Pont-Muré 18	1700	Fribourg	026 912 72 56	03.08.1988
Boschung	Adam	Rue des Cordiers 44	1635	La Tour-de-Trême	026 912 52 05	
Coquoz	Brigitte	Grande Gîte 17	1630	Bulle	026 913 97 61	
Dougoud	Dominique	La Fonjalla	1662	Pringy	026 921 18 29	25.03.1962
ES Natation Flipper	Kaesar Alexandre	Rue du Village d'En Haut 6	1628	Vuadens		
Favre	Félicien	Ch. Bras-de-Fer 30	1635	La Tour-de-Trême	079 504 97 35	08.03.1985
Gapany	Hélène	Clos d'Amont 10	1638	Morlon	026 612 06 01	15.11.1994
Geinoz	Elsa	Rte des Vanils 32	1669	Neirivue	079 685 28 48	
Geinoz	Jamila	Praz-Dedjy	1667	Enney	026 921 21 29	
Geinoz	Sarah	Praz-Dedjy	1667	Enney	026 921 21 29	30.05.1992
Geiser	Anne	Coquilles 7	1630	Bulle	026 470 02 70	
Gimblett	Sophie	Les Charmilles 124	1623	Semsaes	079 424 09 48	02.09.1992
Imboden	Gilbert	Ch. de la Grande Gîte 10	1630	Bulle	026 912 07 75	
Molleyres	Richard	Grand-Rue 23	1630	Bulle	026 919 31 34	27.12.1977
Nissille	Maude	Rte des Lières 15	1666	Grandvillard	026 928 19 69	27.07.1992
Nissille	Véronique	Rte des Lières 15	1666	Grandvillard	026 928 19 69	
Pauli	Marc	Rue de la Poterne 5	1630	Bulle	026 912 62 97	18.11.1977
Progin	Christophe	Le Village	1627	Vaulruz	026 912 61 10	
Remy-Bapst	Jacqueline	Route de Cerniat 30	1654	Cerniat	026 927 15 83	05.10.1961
Savary	Marc	Ch. de la Buchille 78	1630	Bulle	026 913 94 66	
Savary	Christine	Ch. de la Buchille 78	1630	Bulle	026 913 94 66	
Tam	Jonathan	Rte des Colombettes	1628	Vuadens	026 912 06 94	12.09.1987
Tam	Marie-Claire	Rte des Colombettes	1628	Vuadens	026 912 06 94	
Thorin	Françoise	Le Tô 307	1667	Enney	026 921 33 87	
Weller Murith	Valérie	Pré-Henri 4	1752	Villars s/Glâne	026 912 66 12	15.01.1980
Yerly	Véronique	Rte de la Gîte 18	1635	La Tour-de-Trême	026 912 08 92	
Yerly Boschung	Anne-Marie	Rue des Cordiers 44	1635	La Tour-de-Trême	026 912 52 05	

En cas d'erreurs ou de changements, envoyer un mail à info@spbulle.ch

Liste des membres

Membres d'honneur						
Nom	Prénom	Rue	No Postal	Ville	Tél Privé	Date naissance
Baumer	Liliane	Le Gérignoz	1642	Sorens	026 915 34 34	
Eggimann	Ruedi	Rue du Bugnon 15	1661	Le Pâquier	026 912 30 40	18.10.1947
Gremaud	Daniel	Rue de Préville 35	1635	La Tour-de-Trême	026 912 24 91	
Guyard	Chistiane	La Rêche 49	1630	Bulle	026 912 92 22	
Kaeser	Alexandre	Village d'Enhaut 861	1628	Vuadens	026 912 05 20	11.12.1960
Kaeser	Jack	La Rêche 49	1630	Bulle	026 912 92 22	28.04.1940
Nissille	Nicolas	Ch. du Gibloux 15	1630	Bulle	026 913 14 88	29.11.1969
Vannart	Christiane	Rte de la Cascade 58	1666	Grandvillard	026 928 23 25	11.08.1964
Vannart	Pierre	Rte de le Cascade 58	1666	Grandvillard	026 928 23 25	06.07.1963

Entraîneurs						
Nom	Prénom	Rue	No Postal	Ville	Tél Privé	Date naissance
Coquoz	Audrey	Grande Gîte 17	1630	Bulle	026 913 97 61	04.11.1993
Eggimann	Gabrielle	Route des Jorettes 108	1642	Sorens	077 428 70 33	02.12.1980
Gapany	Valentine	Montmelley 16	1646	Echarlens	026 915 33 93	02.11.1996
Gremaud	Jane	Chemin de Bouleyres 10	1630	Bulle	079 574 33 12	04.03.1990
Jung	Olivier	Rte de la Gîte 20	1635	La Tour-de-Trême	026 912 93 13	03.03.1997
Kohli	Sophie	Route des Chaffaz 16	1679	Villaraboud	026 655 15 70	21.02.1990
Levrat	Nadine	Chemin des Sources 7	1635	La Tour-de-Trême	079 243 87 27	13.11.1989
Meys	Murielle	Rue de la Clémence 43	1635	La Tour-de-Trême	026 912 16 16	22.01.1986
Nissille	Nicolas	Ch. du Gibloux 15	1630	Bulle	026 913 14 88	29.11.1969
Regli	Dena	Ch. Abbé-Maignon 7	1630	Bulle	026 913 15 81	31.12.1993
Tercier	Julien	Ch. Pauvre Jacques 44	1630	Bulle	026 912 45 88	23.06.1997
Thorin	Florian	Le Tôl 307	1667	Enney	026 921 33 87	30.07.1991
Vannart	Alexandre	Rte de la Cascade 58	1666	Grandvillard	026 928 23 25	27.11.1992
Yerly	David	Rte de la Gîte 18	1635	La Tour-de-Trême	026 912 08 92	24.11.1991

Comité						
Nom	Prénom	Rue	No Postal	Ville	Tél Privé	Date naissance
Bisaz	Silvio	Rue du Bugnon 6	1661	Le Pâquier	026 919 52 24	02.08.1968
Gapany	Pierre-Alain	Rue des Albergeux 11	1630	Bulle	079 834 91 22	01.10.1963
Meys	Murielle	Route de Gruyere 16	1665	Pringy	026 912 16 16	22.01.1986
Neuhaus	Frédéric	Route de la Croix 172	1633	Marens	026 915 07 70	21.04.1974
Thorin	Florian	Le Tôl 307	1667	Enney	026 921 33 87	30.07.1991
Yerly	David	Rte de la Gîte 18	1635	La Tour-de-Trême	026 912 08 92	24.11.1991
Vannart	Pierre	Rte de le Cascade 58	1666	Grandvillard	026 928 23 25	06.07.1963

En cas d'erreurs ou de changements, envoyer un mail à info@spbulle.ch

Records bullois

Bassin de 25m

Disciplines	Dames			Messieurs		
	Nom	Date	Temps	Nom	Date	Temps
50m li	Robert Céline	07.06.1998	30.40	Bisaz Flavio	07.02.2015	26.28
100m li	Gapany Caroline	30.01.2010	1 : 07.73	Bisaz Flavio	07.02.2015	57.62
200m li	Dupré Leïla	01.11.2014	2 : 31.88	Bisaz Flavio	08.02.2015	2 : 06.94
400m li	Biland Tania	10.05.2014	5 : 30.86	Bisaz Flavio	07.02.2015	4:36.13
800m li	Dupré Leïla	09.12.2014	11:01.92	Bisaz Flavio	09.12.2014	10 :00.90
1500m li	Eggimann Gabrielle	06.02.1996	23 : 45.53	Bisaz Flavio	11.10.2014	19:13.21
50m dos	Dupré Leïla	02.11.2014	36.14	Yerly David	23.03.2010	30.21
100m dos	Coquoz Audrey	30.01.2010	1 : 19.93	Yerly David	30.01.2010	1 : 06.12
200m dos	Gapany Valentine	20.10.2012	2 : 55.94	Yerly David	20.12.2009	2 : 26.78
50m brasse	Dupré Leïla	02.11.2014	37.03	Hemmer Lucien	17.01.2015	34.01
100m brasse	Dupré Leïla	31.01.2015	1 : 22.14	Pomelli Nicolas	25.01.1992	1 : 12.01
200m brasse	Dupré Leïla	02.11.2014	3:01.51	Pomelli Nicolas	25.01.1992	2 : 42.25
50m pap	Bonneville Noémie	30.04.2005	33.80	Bisaz Flavio	13.12.2014	29.27
100m pap	Bonneville Noémie	27.01.2007	1 : 15.02	Bisaz Flavio	08.02.2015	1 : 05.05
200m pap	---	---	---	Bisaz Flavio	02.11.2014	2 :33.66
100m 4 nages	Dupré Leïla	04.10.2014	1 : 16.58	Bisaz Flavio	31.01.2015	1 : 06.82
200m 4 nages	Dupré Leïla	02.11.2014	2 : 46.13	Bisaz Flavio	08.02.2015	2 : 25.01
400m 4 nages	Gapany Valentine	20.10.2012	6 : 04.26	Bisaz Flavio	08.11.2014	5 : 19.23
Relais 4x50m li	Robert Céline, Robert Lucie, Burgener, Eggimann Gaby	07.06.1998	2 : 07.10	Bisaz Flavio, Yerly David, Bisaz Niels, Jung Olivier	09.11.2014	1 : 47.16
Relais 4x50m 4 nages	Robert Céline, Robert Lucie, Burgener, Eggimann Gaby	07.06.1998	2 : 27.50	Yerly David, Hemmer Lucien, Bisaz Flavio, Jung Olivier	02.11.2014	2 : 02.57
Relais 4x100m li	---	---	---	Delab, Dillon, Coch, Kaeser A.	1976	4 : 23.20
Relais 4x100m 4 nages	---	---	---	Vol, Gremaud, Coch, Kaeser A.	1976	5 : 16.40
4x50m 4 nages indiv.	Gapany Caroline	23.03.2010	2 : 27.30	Yerly David	23.03.2010	2 : 05.50
Swimathon	Schouwey Mathilde	15.02.2014	4'200m	Glardon Leandro	15.02.2014	4'600m

Bassin de 50m

Disciplines	Dames			Messieurs		
	Nom	Date	Temps	Nom	Date	Temps
50m li	Robert Céline	13.06.1999	30.43	Bisaz Flavio	01.03.2015	26.81
100m li	Gapany Marine	31.03.2012	1 : 07.62	Bisaz Flavio	01.03.2015	59.40
200m li	Gapany Marine	26.05.2012	2 : 34.76	Bisaz Flavio	25.05.2014	2 : 19.72
400m li	Schouwey Mathilde	08.03.2014	5 : 26.96	Bisaz Flavio	08.06.2014	4 : 57.88
800m li	Schouwey Mathilde	09.03.2014	11 : 18.23	Tercier Julien	03.05.2014	11 : 20.13
1500m li	---	---	---	Tercier Julien	03.05.2014	21 : 26.01
50m dos	Gapany Marine	01.04.2012	35.19	Yerly David	30.08.2014	31.68
100m dos	Coquoz Audrey	29.05.2010	1 : 21.05	Yerly David	13.07.2009	1 : 08.80
200m dos	Dupré Leïla	24.05.2014	2 : 58.68	Yerly David	25.05.2014	2 : 34.47
50m brasse	Dupré Leïla	30.08.2014	37.93	Hemmer Lucieng	01.03.2015	33.90
100m brasse	Dupré Leïla	04.05.2014	1 : 26.00	Pomelli Nicolas	11.08.1991	1 : 13.12
200m brasse	Gapany Caroline	28.05.2010	3 : 13.57	Gremaud Daniel	1975	2 : 48.30
50m pap	Bonneville Noémie	10.07.2003	33.61	Thorin Florian	2011	29.80
100m pap	Bonneville Noémie	20.06.2004	1 : 16.94	Bisaz Flavio	22.06.2014	1 : 08.19
200m pap	---	---	---	Bisaz Flavio	24.05.2014	2 : 41.18
200m 4 nages	Dupré Leïla	30.08.2014	2 : 51.45	Bisaz Flavio	01.03.2015	2 : 32.50
400m 4 nages	Dupré Leïla	03.05.2014	6 : 10.32	Bisaz Flavio	08.06.2014	5 : 39.05
Relais 4x50m li	Robert Céline, Robert Lucie, Burgener, Eggimann Gaby	13.06.1999	2 : 08.28	Pauli, Charrière, Molleyres, Bourqui	21.05.1995	1 : 55.04
Relais 4x50m 4 nages	Gapany Marine, Gapany Valentine, Schouwey Mathilde, Ammann Mathilde	02.06.2012	2 : 27.85	Pauli, Charrière, Molleyres, Bourqui	21.05.1995	2 : 10.54
Relais 4x100m li	---	---	---	---	---	---
Relais 4x100m 4 nages	---	---	---	---	---	---
Coupe Jack Kaeser	Yerly David		11.09.2010	3 : 20.20		
24 Heures du Locle	Tercier Julien (19.4km), Gapany Caroline (17.4km), Biland Tania (17.8km), Savary Mélanie (17.7km), Jung Olivier (17.8km)		14-15.06.2014	90'100m		

Horror picture show



Événements à venir

Date	Activité	Lieu
12.-15.03.2015	Championnats Suisse grand bassin	Genève
21.03.2015	Meeting de printemps	Petit-Lancy
28.03.2015	Championnats Fribourgeois non licenciés	Fribourg
28.-29.03.2015	Coupe Jeunesse	Yverdon
31.03.2015	Concours interne 4 x 50m 4 nages	Bulle
16.-19.04.2015	Mini camp	Lenk
25.-26.04.2015	Bieler Nachwuchs Wettkämpfe	Bienne
02.-03.05.2015	Meeting de la Riviera	Montreux
09.05.2015	Meeting de Payerne	Avenches
16.05.2015	MISO	Martigny
24.05.2015	Speed Meeting	Spiez
30.-31.05.2015	Championnats Fribourgeois été (licenciés)	Fribourg
06.-07.06.2015	Meeting de la côte	Morges
13.06.2015	Meeting de Charmey	Charmey
13.-14.06.2015	24 heures du Locle	Le Locle
19.-21.06.2015	Championnats Romands été open	Grand-Lancy
30.06.2015	Championnats Bullois d'été	Bulle
03.-05.07.2015	Championnats Suisse été open	Worb
16.-19.07.2015	Championnats Suisse été espoirs	Renens
26.07.2015	Traversée du Lac de Morat	Morat
28.07 - 29.08.2015	Entraînement d'été	Piscine Communale de Bulle
01.09.2015	Reprise des entraînements	CO de Bulle
05.09.2015	Coupe Jack Kaeser	Piscine Communale de Bulle
17.-23.10.2015	Camp d'entraînement	à définir

Sous réserves de modifications (remise à jour régulièrement sur le site www.spbulle.ch)





SPORTING NATATION
-1964-

Bulle

