



## Vous l'avez peut être manqué ....

Le mois de novembre a commencé en fanfare avec les **Championnats Interclubs toutes catégories**. Cette compétition est essentielle pour les clubs puisqu'elle permet de reconnaître la performance et le dynamisme d'un club au niveau national. C'est une compétition par équipe, qui rapporte des points en fonction de la performance et du nombre d'équipes. Cette année, 4 équipes ont représenté le club au niveau régional à Tours (2 équipes Dames et 2 équipes Hommes), et 6 équipes ACB ont participé aux interclubs départementaux à Bourges (2 équipes Dames et 4 équipes Hommes). Une belle moisson de podium chez les Dames (1ère à Tours) et chez les messieurs (2ème à Tours et 1er à Bourges). **Avec ces brillants résultats, l'Aquatic Club de Bourges se place premier de la région Centre-Val-de-Loire.**

De même, le weekend suivant ont eu lieu les **Interclubs régionaux Avenirs** (spécifiquement pour les jeunes âgés de 11 ans et moins). 2 équipes Dames et 2 équipes Garçons y ont participé et ont terminé respectivement 2ème et 4ème. Une très belle performance pour nos jeunes !

Mois de novembre très chargé pour nos poloïstes, qui se sont inclinés à domicile face à Chartres, en début de mois malgré un très bon match. Cependant, les 2 matchs suivants ont vu leur **nette victoire face à Bonneval et Blois**. Ceci leur permet de garder une belle 3ème place au classement régional.

Les Championnats Départementaux des Maîtres ont eu lieu à Vierzon du 25 au 27 novembre avec 8 représentants de l'ACB. Des records départementaux ont été réalisés par **Sabrina GODARD** sur le 1500NL, **Virginie Devoucoux** sur le 400 4N, **Richard Sellier** sur le 800NL. Ils étaient accompagnés par **Lydia Vilain, Séverine Flouzat, Arnaud Lestrat, Daniel Marcel et Florence Benausse** qui ont pu tester leur niveau de forme.

Info de dernière minute : ce 2 décembre, à l'issue du 10 km de la Coupe du monde de Funchal (Portugal), **Caroline Jouisse** termine 10ème (2ème française) et se qualifie ainsi pour les championnats du monde à Doha en février 2024. Bravo à elle.





## A noter dans vos agendas...

**Le 9 décembre** : pour la 2ème année consécutive, l'ACB soutien l'**AFM Téléthon** à travers une animation à la piscine des Gibjoncs. Nage ou Aquabike, les records de l'année dernière sont à battre : 63 km nagés et 11h45 d'Aquabike cumulés...Venez nombreux nous rejoindre à partir de 14h.

**Du 9 au 12 décembre** auront lieu les championnats de France Juniors à Montluçon, auquel participeront 6 nageurs de l'ACB : **Nathan Bros, Clément Charton, Floriane Ferron, Alice Richard, Léo Sédilleau et Julian Taureau**. Bonne chance à eux!

**Le 11 décembre** : Réouverture prévue du bassin de 50m

5 benjamins ont obtenu leur qualification pour les Championnats de France benjamins, **les 16 ,17 et 18 décembre**, à Chalon sur Saône : **Fleur Chamillard, Kaëline Vandal-Morin, Lison Chamillard, Gabin Favière et Sasha Farhner**.

**Le mardi 20 décembre à partir de 19h** : petits et grands sont invités à la Fête de Noël, où des démonstrations de nage et des jeux seront faits. L'arrivée du Père Noël clôturera cette soirée magique!



# AQUANEWS



## La vie du Club...

Il reste encore quelques places sur les créneaux d'**Aqua Cross Training**. Quesako? c'aqua cross training regroupe la pratique de plusieurs activités lors d'une même séance (45 min). Vous pratiquerez de l'aquabike, de la nage avec palmes et aquagym, le tout sous la houlette d'un coach et en musique. **Si vous êtes intéressé, n'hésitez pas à contacter Samuel : [samueldiancourt@gmail.com](mailto:samueldiancourt@gmail.com)**

### Inclusion du handicap dans le monde aquatique

Ca y est, les premières séances pour des enfants porteurs du Trouble du Spectre Autistique ont commencé au Centre Nautique le samedi matin. Pour rappel, il s'agit d'accueillir les enfants tant pour développer leur pratique de natation que pour les familiariser avec le milieu aquatique.

LA NATATION. SOURCE DE BIENFAITS POUR LES ENFANTS AUTISTES

**SPORT & AUTISME, UN COLLECTIF  
POUR UNE SOCIÉTÉ INCLUSIVE**

**CENTRE NAUTIQUE RAYMOND BOISDÉ  
SAMEDI : 09H30-10H30**

CONTACTS  
ADRESSE DU CLUB :  
AQUATIC CLUB DE BOURGES  
CENTRE NAUTIQUE RAYMOND BOISDÉ  
1 AVENUE DU 11 NOVEMBRE 1918  
18000 BOURGES

MAIL : [CONTACT@ACB.BOURGES.FR](mailto:CONTACT@ACB.BOURGES.FR)  
TÉLÉPHONE : 02.48.70.88.21

BOURGES  
construit l'avenir!

AGENCE NATIONALE  
DU SPORT

RÉGION  
CENTRE  
VAL DE LOIRE

WV21  
AMBIANCE  
dans la cité

RÉPONDRE À LA DEMANDE DE FAMILLES D'ENFANTS DE PARTICIPER À UNE ACTIVITÉ SPORTIVE EN MILIEU ORDINAIRE

**Nous recherchons des bénévoles** : si vous voulez participer à la vie du club, vous pouvez venir vous inscrire au secrétariat. Vous pourrez être ainsi informés des besoins lors de l'organisation de manifestations et proposer votre aide selon vos disponibilités.

# NOS PARTENAIRES TECHNIQUES



Centre-Ouest

