

Actualité sportive : les XXVI^{es} Championnats d'Espagne à Saragosse

Du 23 au 26 Juillet 2015, se tenaient les Championnats d'Espagne Open d'été à Saragosse. Quinze Français ont pris part à cette compétition, les uns pour clore une saison 2014-15 en apothéose, les autres pour effectuer les derniers réglages pour les Mondiaux à Kazan.

Les Championnats d'Espagne : comme en France ?



S'agissant de la XXVI^e édition, il semblerait que les Championnats d'Espagne aient la même ancienneté que les nôtres si ce n'est deux ans de moins. C'est probablement la raison pour laquelle il y a peu de différences entre les deux championnats, toutefois quelques-uns méritent une petite attention.



Qui sont les participants ?

Cet été, 803 nageurs issus de 126 clubs se sont alignés derrière les plots du complexe de Saragosse, soit un peu moins que la moitié des nageurs présents à Chalon-sur-Saône. Parmi eux, 512 hommes et donc 291 femmes qui représentaient alors 36% des engagés (4% de moins que pour les Françaises). La natation féminine semble être un sujet qui dépasse les frontières.

Une différence notable avec les Championnats de France est la présence de la catégorie C0 (20-25 ans), qui attire autant de nageurs que les autres catégories. C'est une idée très intéressante. Serait-elle envisageable en France où l'on cherche à réduire les fréquentations records lors des échéances nationales ?

Quant à leurs aînés, ils sont aussi très présents avec des C13 dans plusieurs épreuves.

Et le programme des Championnats d'Espagne ?

La composition du programme des Championnats d'Espagne est un troisième point intéressant à regarder :

- comme pour les Championnats du Monde, le premier jour est exclusivement réservé aux 800 NL (dames et messieurs).
- tout au long de la compétition, les épreuves sont couplées « dames-messieurs » sauf trois : 400 NL, 400 4N et 200 4N. Ces épreuves se nagent consécutivement et sur deux jours selon le sexe. Plus précisément, le vendredi, les 400 NL dames, 200 4N messieurs, 400 4N dames lancent la journée après un 50 m ; le samedi commence avec ces trois mêmes épreuves en alternant les sexes.
- quant aux relais mixtes, ils sont tous les deux nagés le dimanche en début et fin d'un programme allégé avec deux courses courtes (50 NL et 50 dos), une course peu attractive (200 pap) et le 100 brasse.

Le classement des clubs

Comme Michel Troyas l'avait évoqué dans son article sur la Natation Espagnole (cf. numéro 3), à l'issue des Championnats, trois classements sont établis : un « Dames », un « Messieurs » et un « Général ». Ils sont réalisés à partir de points obtenus par les nageurs suivant leur place dans chaque épreuve où les 15 premiers sont bonifiés (le 1^{er} gagne 19 pts, le 2^e 16, le 3^e 14 et les places suivantes 1 point de moins, voir 0,5 lorsqu'il y a des ex æquo). Cet été, le brillant CN Jerez DKV a remporté les trois titres, devant le CN Masters Murcia et le CD Team Evasion Running au général.

La belle moisson des Français : les chiffres parlent d'eux-mêmes

Sur ces 4 jours de compétition, la délégation française a été représentée à 38 reprises sur les marches des podiums espagnols. Sur les 15 engagés, 13 nageurs différents sont revenus avec au moins une médaille.

	Or	Argent	Bronze
J1	1	1	0
J2	8	3	0
J3	6	5	2
J4	5	2	6
Total	20	11	8

A ces podiums, il convient de rajouter deux records établis par Nicolas Granger (Reims Champagne Natation) en C5 : le record de France du 50 m brasse en 30''06 et le record du monde du 200 m 4 nages en 2'10''24.

L'exploit a été frôlé sur le 200 NL où avec 1'58''04, Nicolas s'est approché de près de sa propre marque mondiale.

Une tradition espagnole : la cloche des records du monde

Justement à l'occasion de son record du monde, Nicolas Granger a pu tester une tradition espagnole : un nageur battant un record doit faire tinter une clochette en sortant de sa course. Bravo à Nicolas.



Les résultats complets

Pour les plus curieux, les résultats des Championnats d'Espagne sont disponibles en cliquant [sur ce lien](#).



Les Mousquetaires du BEC

Très belle représentation du Bordeaux Etudiants Club à Saragosse avec la plus grande moisson de médailles (13 podiums, dont 7 titres). Le papillonneur Manuel Sereno s'est octroyé les trois titres de papillon en C7. François Renaudie et Jean-Claude Hekimian venus faire leurs derniers réglages avant Kazan ont gravi sept fois les marches des podiums dont trois fois sur la plus haute, de quoi les mettre en confiance pour la suite. Enfin, Karl De Jaham a performé sur le 800 NL et les deux épreuves de 4N avec le titre sur 200. Bravo à ce brillant quatuor !



Le quatuor du CN Hendaye

Un autre quatuor français s'est illustré, celui du CN Hendaye avec des C4 très performants, à commencer par Nathalie Bourdon, qui a remporté les 3 titres de dos. Muriel Paroche a décroché l'argent sur toutes les épreuves de brasse ainsi que le bronze sur le 50 NL C4. Les hommes n'ont pas été en reste grâce à Eduardo Villaroya qui s'est classé 2° du 400 NL. Belle fin de saison pour le CN Hendaye !



Le trio Sporting Club en préparation

Composé de Rita El Boukhari, Julien Oustry et Hugo Delmas (ce dernier engagé sous son club espagnol du CN Cuatro Caminos), ce trio parisien est venu peaufiner la préparation pour les Mondiaux de Kazan. Bien leur en a pris puisqu'au passage Rita est revenue avec trois médailles d'argent et Hugo avec une médaille de bronze après avoir buté plusieurs fois au pied du podium. Belle continuation à eux pour cet été !



La « NG Team »

La « Nicolas Granger Team » a aussi fait parler d'elle à plusieurs reprises grâce à Nicolas qui a gagné ses 5 épreuves avec des records à la clé, mais aussi grâce à François Granger, son père, et Gilles Grabski, son élève. François, doyen de la délégation française à Saragosse, s'est classé 3° sur chacun de ses 50m. Quant à Gilles Grabski, il boucle sa saison toute en progression par le bronze du 50 dos.



Jean-Claude Lestideau, reçu 5/5

Master français le plus titré, Jean-Claude Lestideau, sociétaire de l'Olympique Grande Synthe, s'illustre aussi en Espagne sous les couleurs de son club ibérique, le C. Padel Arena Alicante. Sur ces Championnats, Jean-Claude a rajouté 5 nouveaux titres à son escarcelle internationale et pas des moindres : 50, 100 et 200 dos, 800 NL sans oublier le 200 papillon. Chapeau à ce champion C9 !



Les Championnats au jour le jour

Vous pouvez re-découvrir les comptes-rendus quotidiens de la compétition en Une de notre site, en cliquant sur ce [lien sur les archives de Juillet 2015](#). Par ailleurs, tous nos remerciements à Nathalie Sereno et Nicolas Granger pour les photos !



Gilles Grabski, vous décrochez ici une médaille de bronze sur le 50 m brasse. Bravo ! Ce podium à Saragosse clôt une saison réussie après un arrêt sportif. Quel bilan faites-vous de votre saison ?

J'ai repris l'entraînement avec Nicolas Granger en début de saison à la suite d'un arrêt de la natation que j'avais programmé lors des Championnats de France à Paris. Nicolas Granger, un de mes entraîneurs en 1988 m'a alors proposé de m'entraîner afin de retrouver le plaisir et de remonter sur les podiums des Championnats de France.

A Rennes, j'ai réalisé 3 podiums (2° sur 50 dos, 3° sur 100 4N et 50 papillon en C3). En été à Chalon-sur-Saône, je suis monté à 4 reprises sur le podium en C3 (2° sur 50 m dos, 3° sur le 100 dos, 50 papillon et 200 4N). L'objectif de cette saison est donc amplement rempli avec 7 podiums sur 10 courses sur les deux championnats.

Nous avons aussi décidé de faire le circuit fédéral afin de préparer la saison en grand bassin. Ici, l'objectif était de finir dans le top 10 et je suis en position aujourd'hui de terminer sur le podium (mon objectif). Je suis actuellement 4° à 11 points de la 3° place d'Alain Vanacker. Une place que je vais essayer d'aller chercher à Bordeaux les 14 et 15 novembre. Ce circuit m'a d'ailleurs permis de détenir aujourd'hui tous les records départementaux en bassin de 50 m. La saison prochaine, l'objectif restera de faire plusieurs podiums sur les Championnats de France hiver et été, de confirmer sur le circuit fédéral et d'améliorer tous mes temps, tant en petit bassin qu'en grand bassin. L'objectif ultime de la prochaine saison sera de participer aux prochains Championnats d'Europe à Londres où je viserai des tops 10 voire des top 5 sur certaines courses.

Tout cela grâce à Nicolas Granger qui est redevenu mon coach et qui est avant tout un ami. Un grand merci aussi à mon club de Pierrelatte qui me soutient et me permet de réaliser toutes ces compétitions.